

ANEXOS

ANEXO 1

Cuestionario de Autoconcepto – AF5

García,F. y Musitu,G. (1995). Autoconcepto Forma 5. AF5. Madrid: TEA, Ediciones.

Nombre y apellidos:

Edad:

Fecha de aplicación:

Instrucciones: A continuación encontrará una serie de frases. Lea cada una de ellas cuidadosamente y conteste con un valor entre 1 y 99 según su grado de acuerdo con cada frase. Escoja el grado que más se ajuste a su criterio. Conteste con la máxima sinceridad.

1. Hago bien los trabajos escolares (profesionales).	
2. Hago fácilmente amigos.	
3. Tengo miedo de algunas cosas.	
4. Soy muy criticado en casa.	
5. Me cuido físicamente.	
6. Mis superiores (profesores) me consideran un buen trabajador.	
7. Soy una persona amigable.	
8. Muchas cosas me ponen nervioso.	
9. Me siento feliz en casa.	
10. Me buscan para realizar actividades deportivas.	
11. Trabajo mucho en clase.	
12. Es difícil para mí hacer amigos.	
13. Me asusto con facilidad.	
14. Mi familia está decepcionada de mí.	
15. Me considero elegante.	
16. Mis superiores (profesores) me estiman.	
17. Soy una persona alegre.	
18. Cuando los mayores me dicen algo me pongo muy nervioso.	
19. Mi familia me ayudaría en cualquier tipo de problemas.	
20. Me gusta como soy físicamente.	
21. Soy un buen trabajador (estudiante).	
22. Me cuesta hablar con desconocidos.	
23. Me pongo muy nervioso cuando me pregunta el profesor (superior).	
24. Mis padres me dan confianza.	
25. Soy bueno haciendo deporte.	
26. Mis profesores (superiores) me consideran inteligente y trabajador.	
27. Tengo muchos amigos.	
28. Me siento nervioso.	
29. Me siento querido por mis padres.	
30. Soy una persona atractiva.	

ANEXO 2

Escala de Resiliencia (ER)

Wagnild, G. Young, H. (1993). Adaptación Peruana (2002)

No.	Ítems	Estar en desacuerdo			Estar de acuerdo			
		1	2	3	4	5	6	7
1	Cuando planeo algo lo llevo a cabo.	1	2	3	4	5	6	7
2	Por lo general consigo lo que deseo por uno u otro modo.	1	2	3	4	5	6	7
3	Me siento capaz de mí mismo(a) más que nadie.	1	2	3	4	5	6	7
4	Para mí, es importante mantenerme interesado(a) en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
5	En caso que sea necesario, puedo estar solo(a).	1	2	3	4	5	6	7
6	Me siento orgulloso(a) de haber conseguido algunas cosas en mi vida.	1	2	3	4	5	6	7
7	Tomo las cosas sin mucha importancia.	1	2	3	4	5	6	7
8	Soy amigo(a) de mí mismo(a).	1	2	3	4	5	6	7
9	Me siento capaz de llevar varias cosas a la vez.	1	2	3	4	5	6	7
10	Soy decidido(a).	1	2	3	4	5	6	7
11	Rara vez me pregunto de que se trata algo.	1	2	3	4	5	6	7
12	Tomo las cosas día por día.	1	2	3	4	5	6	7
13	Puedo sobrellevar tiempos difíciles, porque ya he experimentado lo que es la dificultad.	1	2	3	4	5	6	7
14	Tengo auto disciplina.	1	2	3	4	5	6	7
15	Me mantengo interesado(a) en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
16	Por lo general encuentro de qué reírme.	1	2	3	4	5	6	7
17	Puedo sobrellevar el mal tiempo por mi autoestima.	1	2	3	4	5	6	7
18	Las personas pueden confiar en mí en una emergencia.	1	2	3	4	5	6	7
19	Puedo ver una situación desde diferentes puntos de vista.	1	2	3	4	5	6	7
20	Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no lo deseo.	1	2	3	4	5	6	7
21	Mi vida tiene un sentido.	1	2	3	4	5	6	7
22	No me lamento de cosas por las que no puedo hacer nada.	1	2	3	4	5	6	7
23	Puedo salir airoso(a) de situaciones difíciles.	1	2	3	4	5	6	7
24	Tengo la energía suficiente para llevar a cabo lo que tengo que hacer.	1	2	3	4	5	6	7
25	Acepto el que existan personas a las que no les agrado.	1	2	3	4	5	6	7

ANEXO 3

Matriz de Planificación del Programa Propuesto

MATRIZ DE PLANIFICACIÓN						
Área	Objetivos	Sesiones	Fecha	Actividades	Materiales	Minutos
Área uno: Aproximación	Lograr un ambiente de confianza entre la facilitadora y las mujeres	Presentación al programa	06/03	Bienvenida		20
				Presentación en diapositivas Tema: Programa de la Práctica Institucional	-Proyector -Video -Puntero Laser	60
				Dinámica de cierre	Hojas de colores tijeras	40
Área dos: Diagnóstico	Realizar una evaluación del nivel de conocimiento que tienen las mujeres participantes del programa promotoras, sobre sí mismas y en contra de la violencia de género.	Aplicación del Pretest	08/03	Bienvenida		15
				Explicación de la aplicación de los test	-Proyector -Video -Puntero Laser	15
				Aplicación del test de la Resiliencia	Hojas con los cuestionarios	50
				descanso		10
				Aplicación del test del autoconcepto	Hojas con los cuestionarios	30
				Dinámica de cierre		10
Área 3: Auto Concepto	Conocer las percepciones, creencias y sentimientos asociadas al autoconcepto de las participantes, mediante la identificación de las distintas características que conforman su imagen personal.	Académico/ Laboral	13/03	Bienvenida		15
				Dinámica de presentación "Tu nombre refleja"	50 tarjetas de cartulina, marcador y alfileres.	20
				Presentación de diapositivas, Tema: "Percepción"	-Proyector y Video -Puntero Laser	35
				Dinámica de análisis "Títeres" "Pepita y Juanito"	Títeres, guion y escenario	30
				dinámica de relajación "El Globo"	Globos grandes de colores	10
				Técnica de cierre "El amigo secreto"	Papeles pequeños, lapiceras y bolsa.	10

		Social	20/03	Bienvenida		15
				Dinámica de romper hielo "el cuento vivo"		20
				Presentación de diapositivas, Tema: "relaciones interpersonales"	-Proyector y Video -Puntero Laser	35
				Dinámica de análisis "palabras claves"	Hojas y lapiceras. Papelógrafo o pizarrón	30
				Dinámica de relajación		10
				Técnica de cierre "mirada retrospectiva"	Afiche y marcadores	10
		Emocional	27/03	Bienvenida		15
				Dinámica de romper hielo "canción de moda"	Parlante, memoria, letra de la canción.	20
				Presentación de diapositivas, Tema: "Bienestar Emocional"	-Proyector y Video -Puntero Laser	35
				Dinámica de análisis "Darse las manos"	Cartón de colores, tarjetas de cartulina de colores, alfileres.	30
				Dinámica de relajación "Esta soy yo"	Actividad al aire libre, césped, sombra natural, ropa cómoda, marcadores, cartulina, carpicola	10
				Técnica de cierre "mirada retrospectiva"	Afiche y marcadores	10
		Familiar	03/04	Bienvenida		15
Dinámica de romper hielo "lo				20		

				que tenemos en común”		
				Presentación de diapositivas, Tema: “confianza”	-Proyector y Video -Puntero Laser	35
				Dinámica de análisis “yo lo miro así”	Un libro u otro objeto que reúna características semejantes para el desarrollo del ejercicio.	30
				Dinámica de relajación	Música suave	10
				Técnica de cierre “mirada retrospectiva”	Afiche y marcadores	10
		Físico	10/04	Bienvenida		15
				Dinámica de romper hielo “no te lo quedes”	Regalos con muchas capas. Hojas y lapiceras	20
				Presentación de diapositivas, Tema: “habilidad física”	-Proyector y Video -Puntero Laser Papelógrafos, marcadores, hojas de papel, lápices, masquin.	35
				Dinámica de análisis “la clínica”	Hojas y lapiceras	30
				Dinámica de relajación	Música suave	10
				Técnica de cierre “La cajita mágica”	Cajita, espejo	10
Área 4: Resiliencia		Ecuanimidad	17/04	Bienvenida		15
				Dinámica de romper hielo “Mar adentro”	Tiza	20
				Presentación de diapositivas, Tema: “Resiliencia, equilibrio”	-Proyector y Video -Puntero Laser	35

				Dinámica de análisis "Cadena de asociaciones"	Hojas y lapiceras	30
				Dinámica de relajación	Música suave	10
				Técnica de cierre "Rebobinado y ajuste"	Hojas, lapiceras, papelógrafos, marcadores.	10
		Sentirse bien solo	24/04	Bienvenida		15
				Dinámica de romper hielo "Velas encendidas"	40 Velas y fósforos	20
				Presentación de diapositivas, Tema: "tranquilidad"	-Proyector y Video -Puntero Laser	35
				Dinámica de análisis "La pelota preguntona"	Pelota	30
				Dinámica de relajación	Música suave	10
				Técnica de cierre "Rebobinados y ajustes"	Hojas, lapiceras, papelógrafos, marcadores.	10
		Confianza en sí mismo	01/05	Bienvenida		15
				Dinámica de romper hielo "¿Espejo?"		20
				Presentación de diapositivas, Tema: "habilidades internas"	-Proyector y Video -Puntero Laser	35
				Dinámica de análisis "La reja"	ya sea un texto, revista, folleto, etc.	30
				Dinámica de relajación	Música suave	10
				Técnica de cierre "Rebobinado y ajuste"	Papelógrafo y marcadores	10
		Perseverancia	08/05	Bienvenida		15
				Dinámica de romper hielo "Los ciegos"		20
				Presentación de diapositivas,	-Proyector y Video	35

				Tema: "persistencia"	-Puntero Laser	
				Dinámica de análisis "Lectura eficiente"	Textos o materiales impresos. Papel. Lápices.	30
				Dinámica de relajación	Música suave	10
				Técnica de cierre "Rebobinado y ajuste"	Papelógrafos y marcadores	10
		Satisfacción	15/05	Bienvenida		15
				Dinámica de romper hielo "Secuencia de imágenes"		20
				Presentación de diapositivas, Tema: "logros"	-Proyector y Video -Puntero Laser	35
				Dinámica de análisis "Miremos más allá"	Hoja y lápiz para cada participante. Pizarrón o cartelera. Cartelera.	30
				Dinámica de relajación	Música suave	10
				Técnica de cierre "Rebobinado y ajuste"	Papelógrafos y marcadores	10
Área 5: Maletín de promotoras		Violencia hacia la mujer. Cómo apoyar a una mujer víctima de violencia.	22/05	Bienvenida		15
				Dinámica de romper hielo "Reconozco la violencia en mi vida"	Papelógrafos, marcadores, hojas de papel, lápices, masquin	20
				Presentación de diapositivas, Tema: "Violencia hacia la mujer"	-Proyector y Video -Puntero Laser	35
				Dinámica de análisis "Me gusta mi vecino" "Reconociendo los tipos de violencia"	Rotafolio, fichas de 17 colores, hoja de papel, lápiz	30
				Dinámica de relajación	Música suave	10

				Técnica de cierre "El espacio catártico"	Tres sillas o, en su defecto, cualquiera cosa que establezca tres espacios.	10
		Promotoras comunitaria s para la prevención de la violencia. Función de las promotoras	29/05	Bienvenida		15
				Dinámica de romper hielo "Te gustan tus vecinos"	Sillas. Hojas de papel. Una silla menos que participantes. Cinta adhesiva.	20
				Presentación de diapositivas, Tema: "Promotoras comunitarias para la prevención de la violencia"	-Proyector y Video -Puntero Laser	35
				Dinámica de análisis "Cadenas de asociaciones"	Hojas y lapiceras	30
				Dinámica de relajación "Perdónate a ti mismo"	Hojas. Lapiceras. Basurero. Parlante.	10
				Técnica de cierre "El extraterrestre"	Hojas de papel. Lápiz para cada participante.	10
				Enfoque de género. Prevención de violencia en razón de género.	05/06	Bienvenida
		Dinámica de romper hielo "La orquesta"	6 Tarjetas con dibujo de instrumento musical (flauta, guitarra, batería, etc.)			20
		Presentación de diapositivas, Tema: "Enfoque de género"	-Proyector y Video -Puntero Laser			35
		Dinámica de análisis "Lo que me gusta de vos"				30
		Dinámica de relajación	Música suave			10

				"Permítete perdonar"		
				Técnica de cierre "El caminito"	Papel, pizarrón, lapiceras, marcadores, masquin	10
		Roles y estereotipos sexistas.	12/06	Bienvenida		15
			Dinámica de romper hielo "Los refranes"	Tarjetas, 20 refranes sobre violencia hacia las mujeres.	20	
			Presentación de diapositivas, Tema: " Roles y estereotipos sexistas"	-Proyector y Video -Puntero Laser	35	
			Dinámica de análisis "Rompecabezas"	Papelógrafos, marcadores, masquin	30	
			Dinámica de relajación "La mochila pesada"	Mochila lleno de cosas en su interior. •Pelota.	10	
			Técnica de cierre "Una persona con corazón"	Sillas para cada persona. Copias de una figura humana. Lápices. Hojas blancas.	10	
			Leyes que protegen los derechos de las mujeres a una vida libre. Acciones de incidencia ante instancias públicas. Ruta de atención	19/06	Bienvenida	
		Dinámica de romper hielo "Cápsula del tiempo"			20	
		Presentación de diapositivas, Tema: "Leyes que protegen los derechos de las mujeres a una vida libre"		-Proyector y Video -Puntero Laser	35	
		Dinámica de análisis "Reconociendo mis derechos"		Papelógrafo, marcadores, copias impresas de los tipos de	30	

					violencia, resaltador	
				Dinámica de relajación	Música suave	10
				Técnica de cierre "Ruleta preventiva"	Ruleta (tamaño grande), Tarjetas informativas.	10
		Contención y orientación	26/06	Bienvenida		15
				Dinámica de romper hielo "Película CICATRICES"	Película, proyector, hoja de papel, lápiz.	20
				Presentación de diapositivas, Tema: "Contención y orientación"	-Proyector y Video -Puntero Laser	35
				Dinámica de análisis "Similitudes"	Hojas de papel, lápices.	30
				Dinámica de relajación "Acontecimiento s vitales"	Hojas y lapiceras	10
				Técnica de cierre "El mensaje malogrado"		10
Área 6: Evaluación	Realizar una evaluación del nivel de conocimiento, luego de aplicado el programa para las mujeres promotoras, sobre sí mismas y en contra de la violencia de género.	Aplicación del post test	03/07	Bienvenida		15
				Explicación del posttest	-Proyector y Video -Puntero Laser	20
				Aplicación de los instrumentos 1.y 2	40 Test de Autoconcepto y Apego y 40 Bolígrafos.	35
				Descanso		30
				Aplicación del instrumento 3	40 Test de Resiliencia y 40 Bolígrafos.	10
				Dinámica de relajación "La tela de araña"	Un ovillo de lana de dolor rojo, fichas de cartulina, marcadores	10
				Técnica de cierre		15

<p>Clausura del Programa y Agasajo</p>	<p>Cerrar el programa con un agasajo en agradecimiento por la participación y perseverancia, de todas las participantes.</p>		<p>10/07</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Palabras de bienvenida a cargo de la Practicante Norma Nelly Rivera Ordoñez 2. Bienvenida de las autoridades presentes <ul style="list-style-type: none"> • Diputada Paputsakis • Doctora Janine Chambi • Licenciada Nelli 3. Palabras a cargo de la directora... 4. Palabras a cargo de la licenciada 5. Presentación del acto a cargo de las flamantes promotoras comunitarias 6. Entrega de certificado a cargo de la practicante Norma Nelly Rivera Ordoñez 7. Palabras de agradecimiento por su participación a cargo de Norma Rivera 8. Palabras de despedida, a cargo de una de las promotoras. Y comienzo del agasajo.
---	---	--	---------------------	---

ANEXO 4

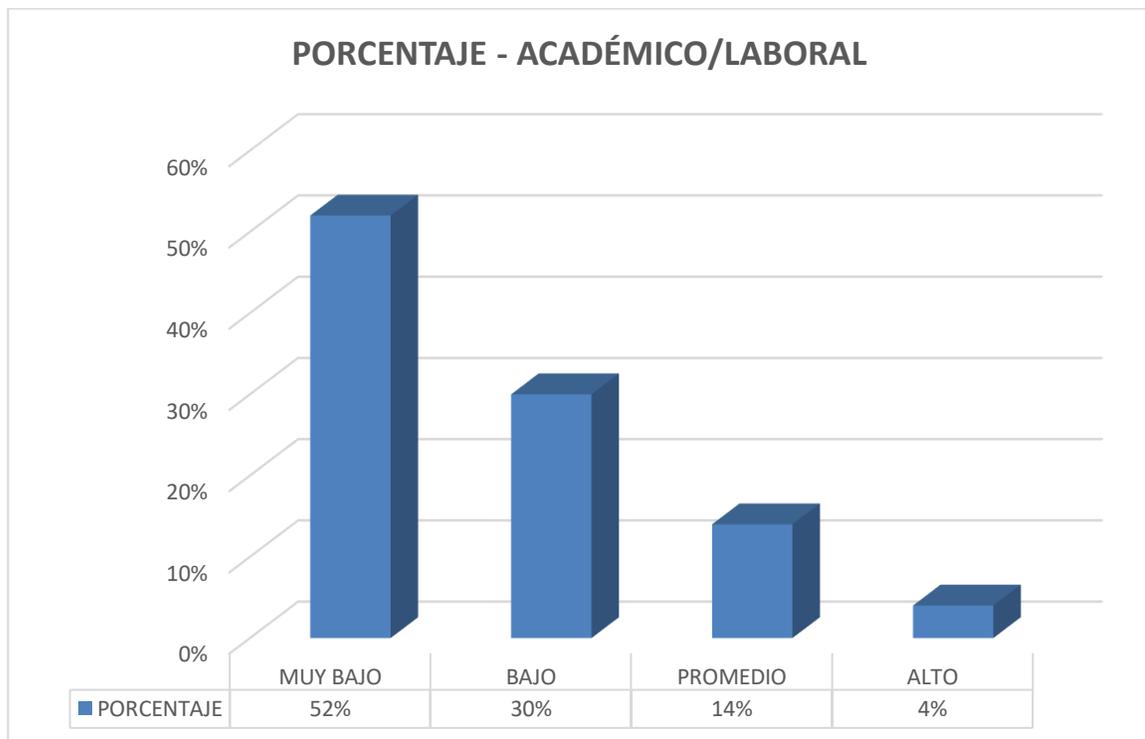
Dimensiones Autoconcepto - Pretest

Autoconcepto - Dimensión Académico/Laboral

Académico/Laboral		Frecuencia	Porcentaje
Nivel	Percentil		
Muy Bajo	1 - 20	26	52%
Bajo	21 - 50	15	30%
Promedio	51 - 70	7	14%
Alto	71 - 99	2	4%
Total		50	50

Fuente: Elaboración propia.

Autoconcepto - Dimensión Académico/Laboral



Fuente: Elaboración propia

El análisis inicial del test en la dimensión académico-laboral refleja una distribución de las participantes en distintos intervalos de percentiles de autoconcepto en esta área específica. Aquí se detalla la interpretación:

Un 52% de las mujeres se situó en el rango más bajo de puntuación en la primera medición. Esto indica que más de la mitad de las participantes tenían una percepción muy baja de su autoconcepto en el ámbito académico y laboral antes de iniciar el programa.

Según la referencia del autor consultado, "esta situación podría estar relacionada con la exposición previa a la violencia, lo que puede impactar negativamente en la autoimagen y autoestima de las personas" (Díaz y Aguado, 2005).

El 30% de las mujeres se encontraba en los percentiles bajos en la primera evaluación. Este grupo muestra una percepción muy baja en comparación con el anterior.

“Sin embargo, un autoconcepto bajo en el ámbito académico/laboral puede limitar las oportunidades de educación y empleo” (Rodríguez y Reig, 2011, p. 68).

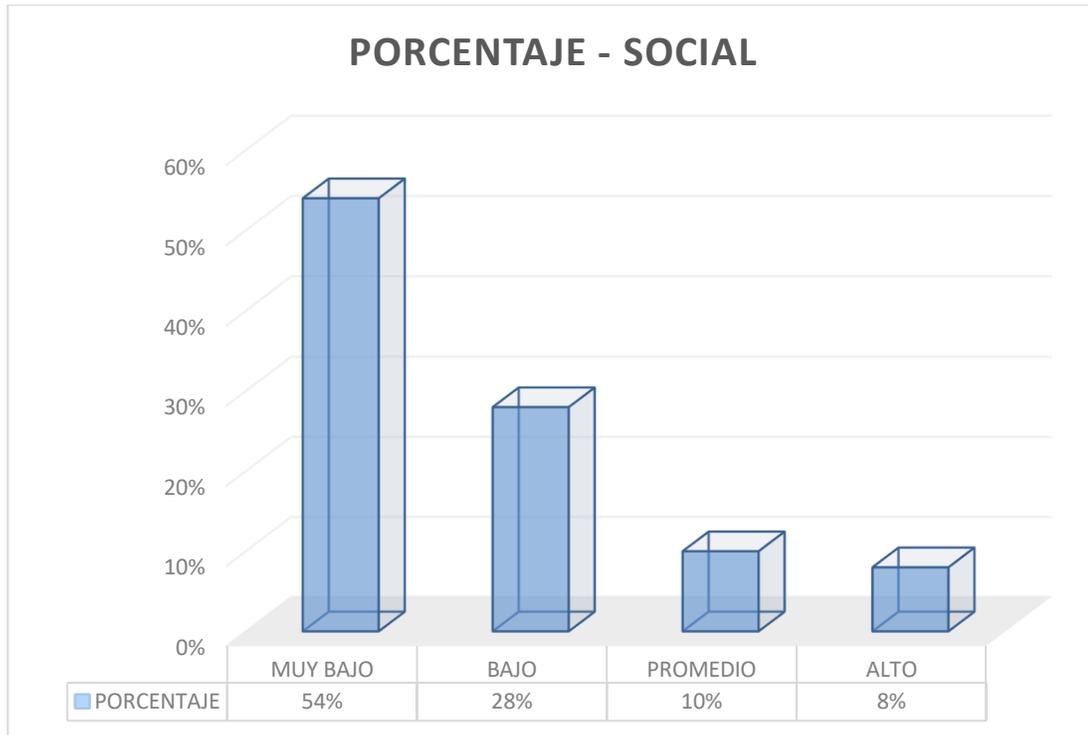
Estos resultados sugieren que la mayoría de las participantes en el programa tenían una percepción negativa o limitada de sí mismas en el ámbito académico y laboral antes de la intervención.

Autoconcepto - Dimensión Social

Social		Frecuencia	Porcentaje
Nivel	Percentil		
Muy Bajo	1 - 20	27	54%
Bajo	21 - 50	14	28%
Promedio	51 - 70	5	10%
Alto	71 - 99	4	8%
Total		50	50

Fuente: Elaboración propia.

Autoconcepto - Dimensión Social



Fuente: Elaboración propia.

Los resultados para la dimensión social en la primera medición revelaron lo siguiente. Se destacan los hallazgos obtenidos en los intervalos significativos de esta dimensión para enfatizar la comparación con la medición final:

Un 54% de las mujeres se ubicó en el rango más bajo de calificación percentil en la primera evaluación, lo que indica que más de la mitad de las participantes tenía una percepción muy baja de su autoconcepto en el ámbito social. "Esto podría estar relacionado con la experiencia de violencia, ya que las personas que han experimentado abuso tienden a tener una baja autoestima y dificultades en las relaciones sociales." (Alcántara, 2009, p.60).

El 28% de las mujeres se encontraba en la calificación baja, por debajo del percentil 50. Este grupo tenía una percepción ligeramente mejor, pero aun así baja, de su autoconcepto en el ámbito social. "Un autoconcepto social bajo puede dificultar la construcción de relaciones interpersonales saludables y la participación en actividades sociales" (Pérez, 2014, p.24).

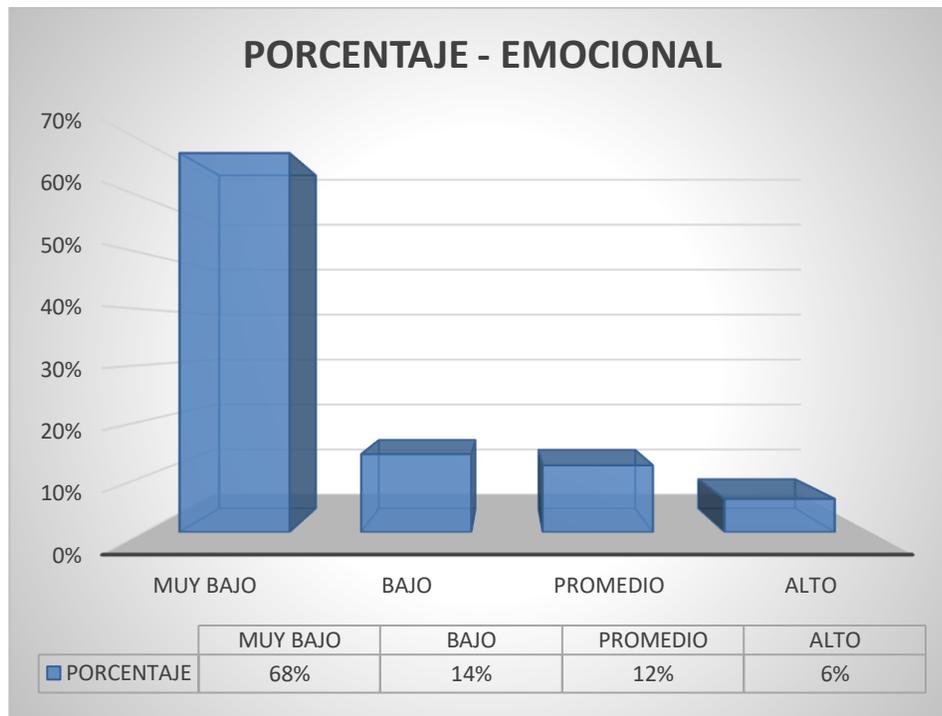
Estos resultados sugieren que la mayoría de las participantes en el programa presentaban un autoconcepto social negativo o limitado antes de la intervención o de la aplicación del programa en el SLIM. La capacitación y el apoyo proporcionados por el programa tenían como objetivo contribuir significativamente a mejorar su autoconcepto en esta área, como se reflejará en los resultados de la evaluación final.

Autoconcepto - Dimensión Emocional

Emocional		Frecuencia	Porcentaje
Nivel	Percentil		
Muy Bajo	1 - 20	34	68%
Bajo	21 - 50	7	14%
Promedio	51 - 70	6	12%
Alto	71 - 99	3	6%
Total		50	50

Fuente: Elaboración propia.

Autoconcepto - Dimensión Emocional



Fuente: Elaboración propia.

Con relación a la dimensión emocional, los resultados de la primera evaluación fueron contundentes y extremadamente preocupantes, y el resultado es como sigue:

En la evaluación inicial, el 68% de las mujeres se ubicó en el percentil más bajo en la dimensión emocional, lo que indica que la gran mayoría tenía una percepción muy baja de su bienestar emocional, especialmente para las participantes que no sabían leer ni escribir y que apenas habían llegado a primaria, la actitud de sumisión era bastante notorio en las primeras interacciones con el grupo y las sesiones iniciales. Este hallazgo es coherente con investigaciones previas que han demostrado que las mujeres que han experimentado violencia suelen experimentar niveles significativos de angustia emocional y problemas de salud mental.

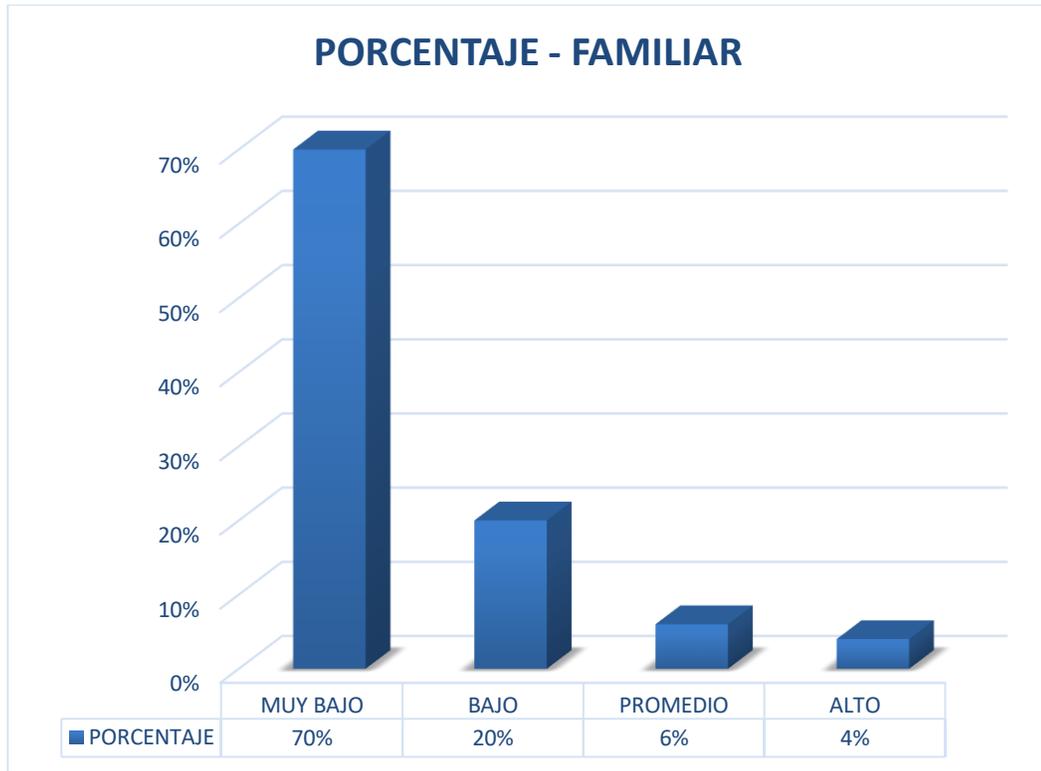
En síntesis, los resultados de esta primera evaluación revelan que la mayoría de las participantes en el programa tenían una percepción negativa de su bienestar emocional, lo que es consistente con las experiencias de violencia. Estos resultados proporcionan una línea de base importante para evaluar el impacto del programa en la mejora del bienestar emocional de estas mujeres.

Autoconcepto - Dimensión Familiar

Familiar		Frecuencia	Porcentaje
Nivel	Percentil		
Muy Bajo	1 - 20	35	70%
Bajo	21 - 50	10	20%
Promedio	51 - 70	3	6%
Alto	71 - 99	2	4%
Total		50	50

Fuente: Elaboración propia.

Autoconcepto - Dimensión Familiar



Fuente: Elaboración propia.

En cuanto a la dimensión familiar, los resultados fueron similares a la dimensión emocional, con un porcentaje extremadamente elevado de mujeres que se encontraban con un percentil muy bajo, inferior a 20, a continuación, se detalla así:

Este grupo de mujeres que mostró un percentil muy bajo fue la prioridad en la práctica institucional, dado que, en la evaluación inicial, el 70% de ellas se ubicó en un rango inferior a 20 en la dimensión familiar. Esto indica que la gran mayoría tenía una percepción muy negativa de su entorno familiar. Este resultado sugiere que experimentaron altos niveles de disfunción y conflicto en sus familias. Según González (2017), "por lo general, las mujeres que experimentan niveles extremos de violencia muestran percentiles muy bajos en las dimensiones emocional y familiar" (p.72).

El 20% de las mujeres se situaba en un percentil inferior a 50. Aunque es un porcentaje más reducido, aún revela una percepción negativa de su entorno familiar. Según Silva: "Estos resultados coinciden con investigaciones que han evidenciado que

las mujeres que han vivido violencia suelen experimentar dificultades en sus relaciones familiares". (Silva, 2018, p. 28).

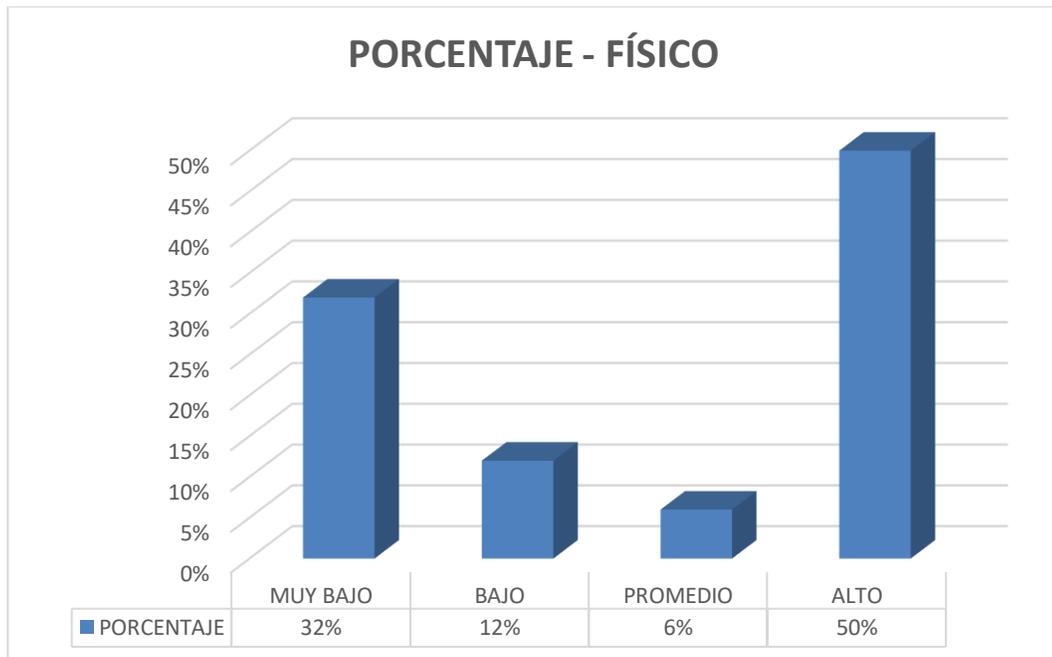
Los resultados indican que la mayoría de las participantes en el programa tenían una percepción muy negativa de su entorno familiar, lo que concuerda con las experiencias de violencia y disfunción en el ámbito familiar. Estos resultados establecen una base importante para evaluar el impacto del programa en la mejora de las relaciones familiares de estas mujeres.

Autoconcepto - Dimensión Físico

Físico		Frecuencia	Porcentaje
Nivel	Percentil		
Muy Bajo	1 - 20	16	32%
Bajo	21 - 50	6	12%
Promedio	51 - 70	3	6%
Alto	71 - 99	25	50%
Total		50	50

Fuente: Elaboración propia.

Autoconcepto - Dimensión Físico



Fuente: Elaboración propia.

En contraste con las dimensiones anteriores, en este aspecto social, las participantes mostraron una alta consciencia del impacto físico del maltrato, intentando ocultar esas afectaciones al entorno. Los resultados son los siguientes:

Sorprendentemente, el 50% de las mujeres se encontraba en un percentil superior a 70. Esto sugiere que la mitad de las participantes tenía una percepción positiva de su bienestar físico antes de la intervención. Según el autor Pérez, "esto podría indicar que algunas mantenían una buena salud física a pesar de las dificultades vividas" (Pérez, 2021). Durante las primeras sesiones, las mujeres mencionaron que, a pesar de la violencia, cuidaban su bienestar físico para aparentar bienestar en su relación de pareja.

En el test inicial, el 32% de las mujeres se ubicó en un rango inferior al percentil 20 en la dimensión física, lo que indica que un tercio de las participantes tenía una percepción muy negativa de su bienestar físico. Según la referencia: "esto podría relacionarse con experiencias de violencia que han dejado secuelas físicas y emocionales" (García, 2018, p. 12).

Estos resultados evidencian una variabilidad significativa en la percepción del bienestar físico de las participantes. Mientras un grupo importante tenía una percepción muy negativa debido a la notoriedad del maltrato físico derivado de la violencia en su entorno familiar, lo que impactaba aún más su autoestima, otras mantenían una percepción más positiva de su salud física. Estos hallazgos ofrecen información relevante para comprender la diversidad de experiencias y necesidades de las mujeres que participan.

ANEXO 5

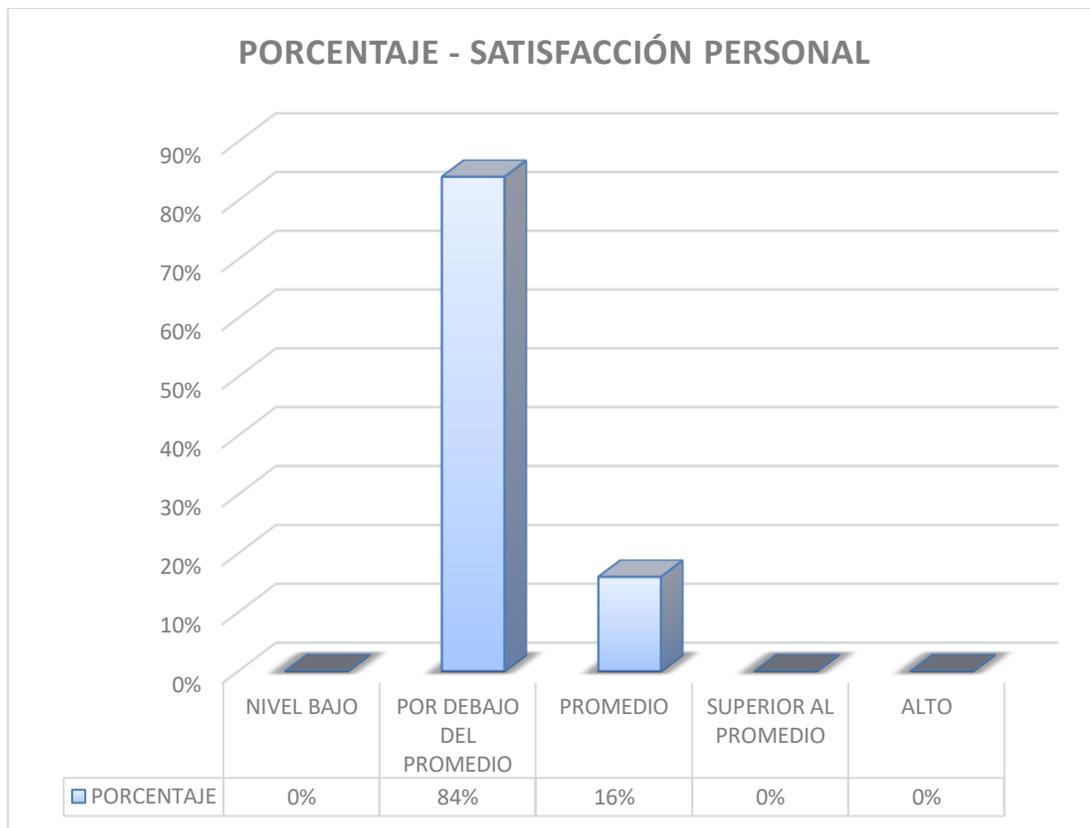
Dimensiones Resiliencia - Pretest

Resiliencia - Dimensión Satisfacción Personal

Satisfacción Personal		Pre Test	
Nivel	Percentil	Frecuencia	Porcentaje
Nivel Bajo	1 - 5	0	0%
Por Debajo Del Promedio	6 - 25	42	84%
Promedio	26 - 75	8	16%
Superior Al Promedio	76 - 95	0	0%
Alto	96 - 100	0	0%
Total		50	100

Fuente: Elaboración propia.

Resiliencia - Dimensión Satisfacción Personal



Fuente: Elaboración propia

El 84% de las mujeres participantes tenían una percepción personal por debajo del nivel medio. Esto sugiere que casi todas las mujeres tenían una percepción negativa, aunque no tan extrema, de su bienestar personal.

En contraste, el 16% de las mujeres se ubicó en un nivel de percepción personal superior al promedio, lo que indica que pocas participantes se sentían regularmente conscientes de su bienestar o satisfacción personal.

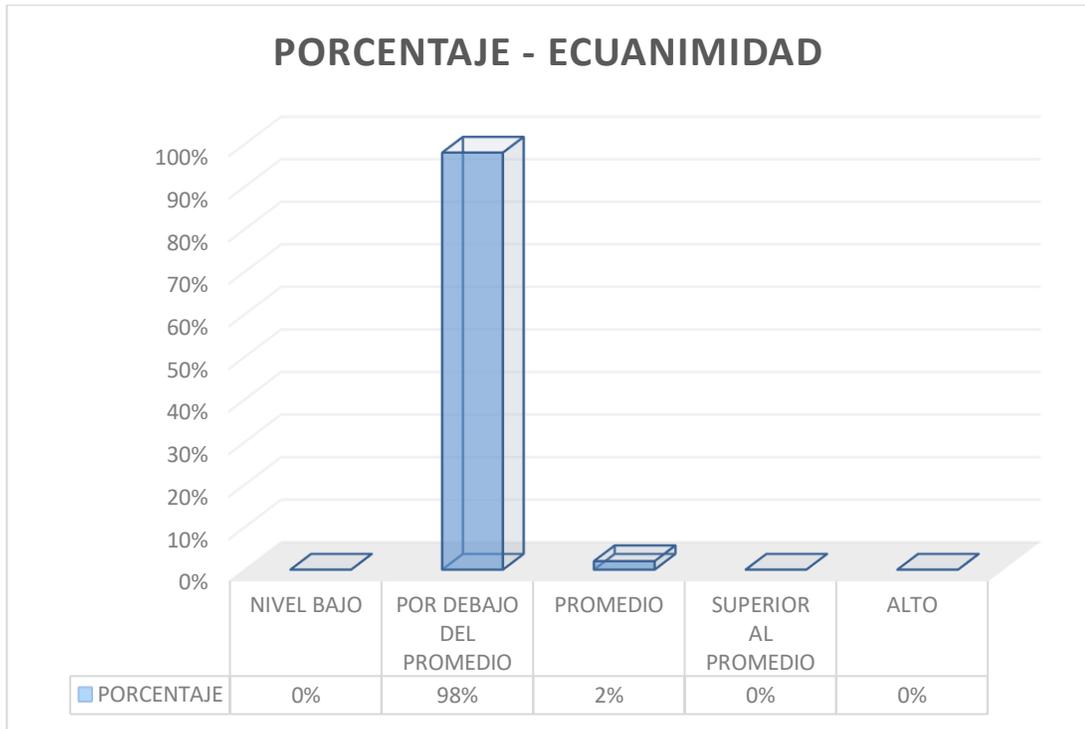
Estos resultados iniciales revelan que hay un porcentaje muy alto de mujeres que se perciben a sí mismas de manera negativa en relación a la violencia que afecta su estado personal. A su vez, un grupo más reducido de participantes tiene una percepción regular, pero aun así es preocupante. Esto subraya la necesidad de un programa para fortalecer la resiliencia en este grupo de mujeres víctimas de violencia.

Resiliencia - Dimensión Ecuanimidad

Ecuanimidad		PRE TEST	
NIVEL	PERCENTIL	Frecuencia	Porcentaje
NIVEL BAJO	1 - 5	0	0%
POR DEBAJO DEL PROMEDIO	6 - 25	49	98%
PROMEDIO	26 - 75	1	2%
SUPERIOR AL PROMEDIO	76 - 95	0	0%
ALTO	96 - 100	0	0%
Total		50	100

Fuente: Elaboración propia.

Resiliencia - Dimensión Ecuanimidad



Fuente: Elaboración propia.

El 98% abrumador de las mujeres se ubicó en el nivel por debajo del promedio, esto refleja que casi todas las participantes tenían una percepción inferior al promedio en cuanto a su capacidad para mantener la ecuanimidad. Estos resultados sugieren que muchas de las mujeres podrían haber experimentado dificultades para manejar sus emociones en situaciones desafiantes. Esta percepción podría estar relacionada con las experiencias de violencia vividas, las cuales suelen generar estrés y angustia emocional.

Tan solo un 2% de las mujeres se ubicó en un nivel por encima del promedio, lo que indica que una minoría muy pequeña tenía una percepción promedio en su capacidad para mantener la ecuanimidad. Esto podría sugerir que algunas participantes ya tenían ciertas habilidades para gestionar sus emociones antes de la intervención, aunque eran una minoría.

Los resultados analizados según González (2019) en su artículo "Estrategias de intervención en el desarrollo de la inteligencia emocional", muestran que la mayoría de las participantes tenía una percepción por debajo del promedio de su capacidad para

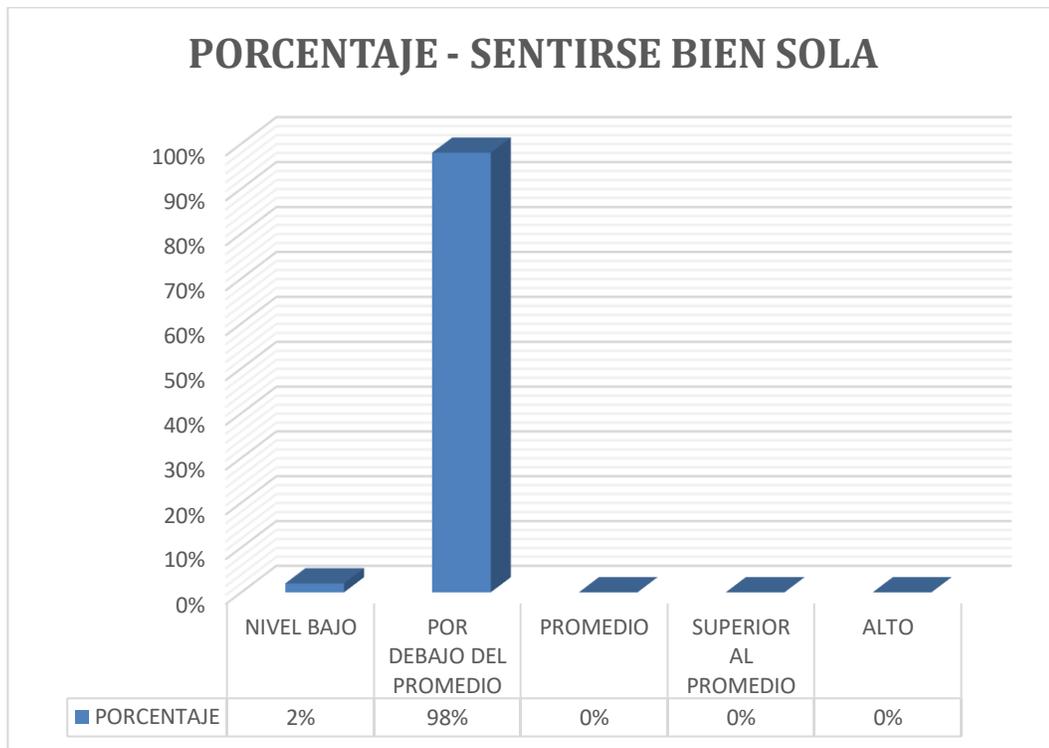
mantener la ecuanimidad. Esto podría indicar la necesidad de trabajar en el desarrollo de habilidades emocionales y de manejo del estrés durante la intervención para ayudar a las mujeres a lidiar de manera más efectiva con las situaciones difíciles en sus vidas. Además, estos resultados subrayan la importancia de abordar el impacto emocional de la violencia en la salud mental de las participantes.

Resiliencia - Dimensión Sentirse Bien Sola

Sentirse Bien Sola		Pre Test	
Nivel	Percentil	Frecuencia	Porcentaje
Nivel Bajo	1 - 5	1	2%
Por Debajo Del Promedio	6 - 25	49	98%
Promedio	26 - 75	0	0%
Superior Al Promedio	76 - 95	0	0%
Alto	96 - 100	0	0%
Total		50	100

Fuente: Elaboración propia.

Resiliencia - Dimensión Sentirse Bien Sola



Fuente: Elaboración propia.

Un significativo 98% de las mujeres se ubicó en el nivel por debajo del promedio. Esto refleja que casi todas las participantes tenían una percepción por debajo del promedio de su capacidad para confiar en sí mismas cuando están solas. Estos resultados sugieren que la gran mayoría de las mujeres podría haber experimentado dificultades para sentirse seguras y confiadas en situaciones de soledad o independencia. Según el autor consultado: "Esta percepción podría estar relacionada con experiencias de violencia que socavan la autoconfianza y la autoestima" (Hernández, 2018, p. 65).

Sólo el 2% de las mujeres se ubicó en este nivel bajo en la primera evaluación en la dimensión de sentirse bien sola. Esto indica que una pequeña proporción de las participantes tenía una percepción muy baja de su capacidad para confiar en sí mismas y sentirse seguras cuando están solas. Este hallazgo podría relacionarse con experiencias pasadas de vulnerabilidad y falta de confianza.

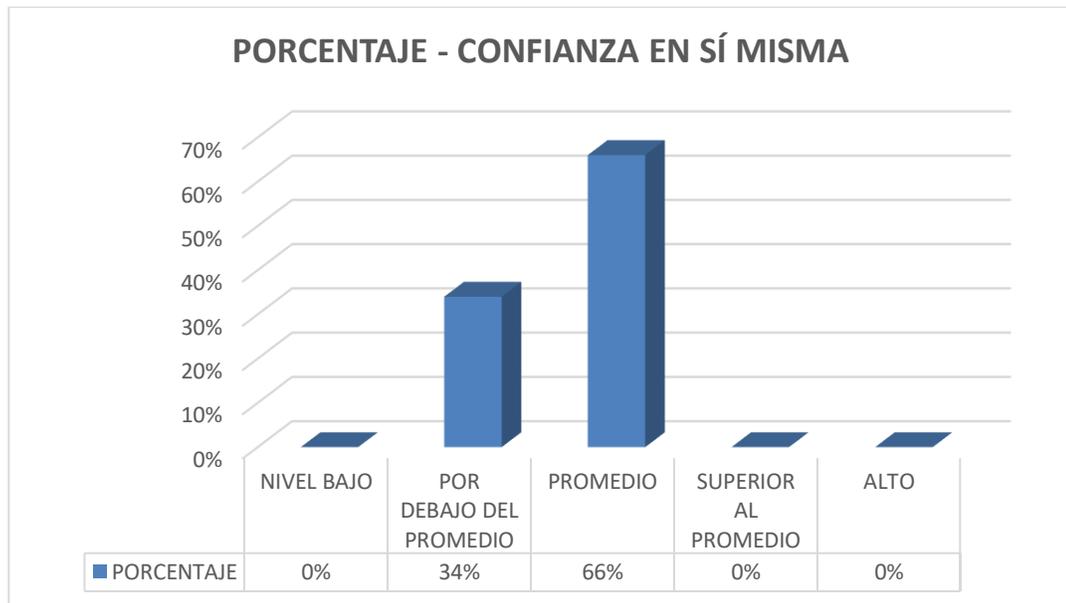
Estos resultados muestran que la gran mayoría de las participantes tenía una percepción por debajo del promedio de su capacidad para confiar en sí mismas y sentirse seguras cuando están solas. Estos hallazgos resaltan la importancia de abordar la autoconfianza y la seguridad personal en la intervención, ya que estas habilidades son fundamentales para la autonomía y la recuperación después de la violencia.

Resiliencia - Dimensión Confianza en Sí Misma

Confianza en Sí Misma		Pre Test	
Nivel	Percentil	Frecuencia	Porcentaje
Nivel Bajo	1 - 5	0	0%
Por Debajo Del Promedio	6 - 25	17	34%
Promedio	26 - 75	33	66%
Superior Al Promedio	76 - 95	0	0%
Alto	96 - 100	0	0%
Total		50	100

Fuente: Elaboración propia.

Resiliencia - Dimensión Confianza en Sí Misma



Fuente: Elaboración propia.

El 66% de las mujeres se ubicó en este nivel, indicando que la mayoría tenía una percepción promedio de su confianza en sí mismas en situaciones similares. Aunque es un punto positivo en comparación con niveles más bajos, aún podría haber margen para mejorar la confianza en sí mismas. Esta dimensión pudo influir de manera positiva en la rápida integración de las mujeres como un grupo comprometido con su sanación personal.

Por otro lado, el 34% de las mujeres se ubicó en un nivel por debajo del promedio de confianza en sí mismas. Esto sugiere que un porcentaje considerable tenía una percepción menor de su autoconfianza, posiblemente relacionada con experiencias de violencia que socavaron su autoestima, según Gómez (2020). Esto indicaría que aún una parte significativa del grupo no se sentía segura en tomar decisiones o en comprometerse personalmente en su sanación emocional.

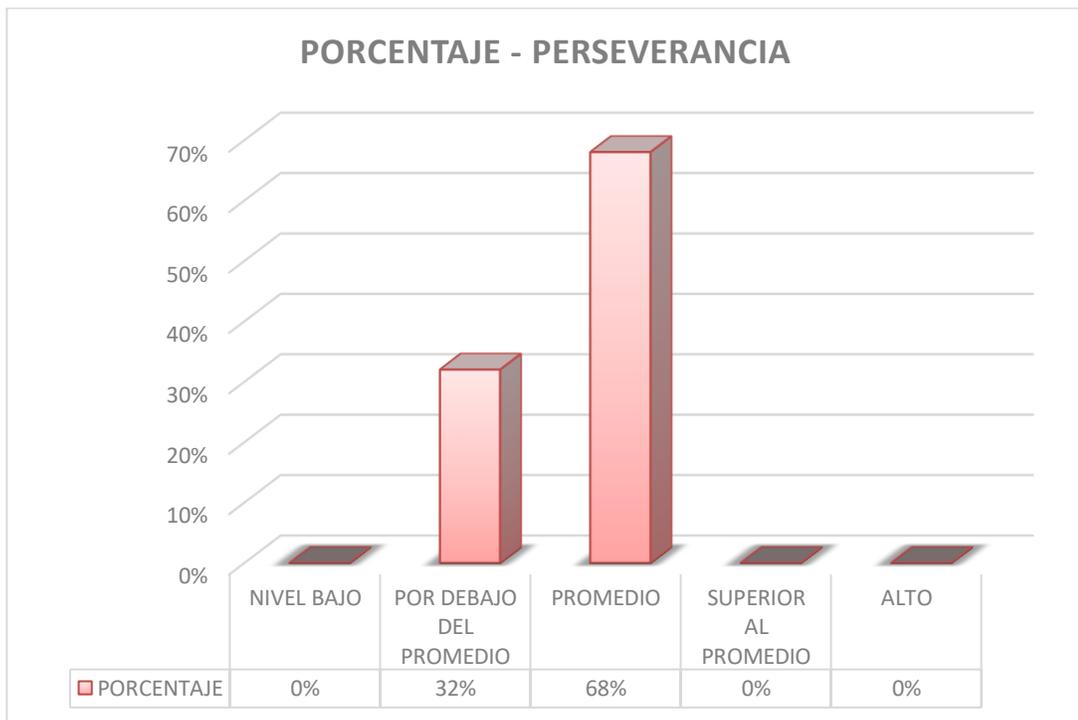
En resumen, los resultados sugieren que, en general, las participantes tenían una percepción promedio o por debajo del promedio de su confianza en sí mismas. Esto subraya la importancia de fortalecer la autoconfianza y la autoestima como parte de la intervención, ya que estas habilidades son cruciales para la recuperación después de experiencias de violencia.

Resiliencia - Dimensión Perseverancia

Perseverancia		Pre Test	
Nivel	Percentil	Frecuencia	Porcentaje
Nivel Bajo	1 - 5	0	0%
Por Debajo Del Promedio	6 - 25	16	32%
Promedio	26 - 75	34	68%
Superior Al Promedio	76 - 95	0	0%
Alto	96 - 100	0	0%
Total		50	100

Fuente: Elaboración propia.

Resiliencia - Dimensión Perseverancia



Fuente: Elaboración propia.

El 68% de las mujeres se ubicó en el rango promedio, lo que indica que la mayoría tenía una percepción promedio de su capacidad para perseverar en situaciones similares.

Aunque esto es positivo en comparación con niveles más bajos, aún podría haber margen para fortalecer la perseverancia como parte de la intervención.

Por otro lado, el 32% de las mujeres se ubicó por debajo del promedio. Esto sugiere que un porcentaje significativo de las participantes tenía una percepción menor de su capacidad para perseverar en situaciones desafiantes, posiblemente relacionada con experiencias de violencia que suelen socavar la autoconfianza y la resiliencia.

En general, los resultados sugieren que las participantes tenían una percepción promedio o por debajo del promedio en su capacidad para perseverar. Esto destaca la importancia de fortalecer la resiliencia y la determinación como parte de la intervención para ayudar a las mujeres a enfrentar situaciones difíciles y superar las secuelas de la violencia de género.

ANEXO 6

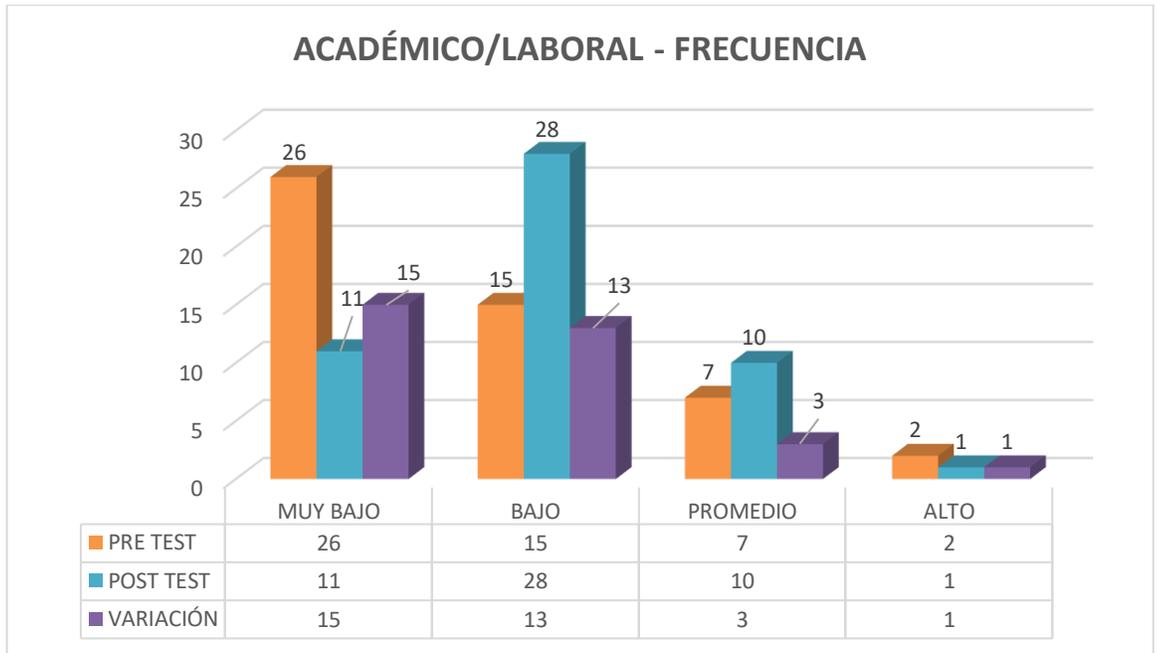
Comparación por Dimensión de Autoconcepto - Pre y Post Test

Comparación Autoconcepto - Dimensión Académico/Laboral

Dimensión Académico/Laboral							
Percentil	Percentil	Pre Test		Post Test		Variación	
		F1 - FRECUENCIA	PORCENTAJE	F1 - FRECUENCIA	PORCENTAJE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Muy Bajo	1 - 20	26	52%	11	22%	15	30%
Bajo	21 - 50	15	30%	28	56%	13	26%
Promedio	51 - 70	7	14%	10	20%	3	6%
Alto	71 - 99	2	4%	1	2%	1	2%
Total		50	100	50	100		

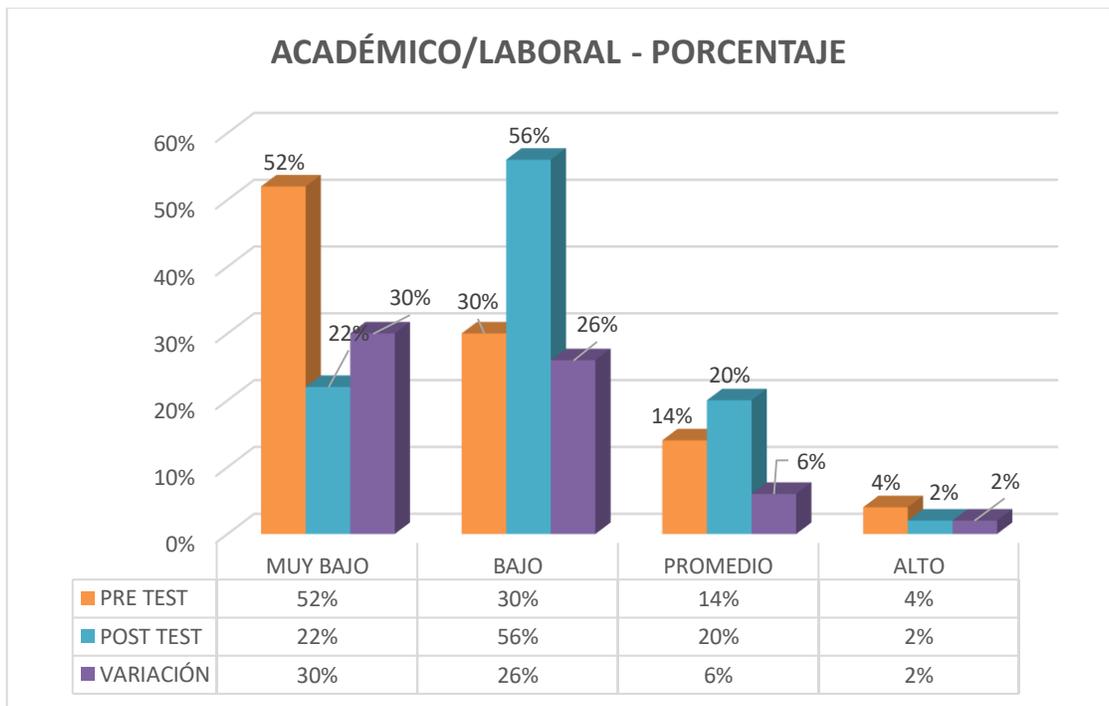
Fuente: Elaboración propia.

Comparación Autoconcepto - Dimensión Académico/Laboral - Frecuencia



Fuente: Elaboración propia.

Comparación Autoconcepto - Dimensión Académico/Laboral - Porcentaje



Fuente: Elaboración propia.

Los resultados en la dimensión académico/laboral muestran una notable mejora en la percepción del autoconcepto de las mujeres participantes tras la implementación del programa. Al analizar estos resultados, se observa que, en la evaluación inicial, el 30% de las mujeres se encontraba en el rango de 21 a 50 de percentil, mientras que después del programa este porcentaje aumentó significativamente al 56%. Esta evolución sugiere una mejora en la percepción de su autoconcepto académico/laboral, ya que más mujeres ahora se sitúan en un nivel considerado bajo en lugar de muy bajo. Para respaldar este hallazgo, se puede considerar el trabajo de Sonia Rodríguez de la Universidad de Buenos Aires (2017) sobre la autopercepción y el afrontamiento en mujeres víctimas de violencia laboral.

Su investigación sobre la resiliencia de mujeres víctimas de acoso y violencia sexual, y la intervención policial, ofrece una perspectiva valiosa sobre cómo las mujeres pueden desarrollar resiliencia en contextos laborales desafiantes. "En la evaluación inicial, el 52% de las mujeres se encontraba en el rango de 1 a 20 de percentil, pero en la evaluación final, esta cifra disminuyó significativamente al 22%. Esto indica una reducción sustancial en el número de mujeres que perciben su autoconcepto en la dimensión académico/laboral como muy bajo. Para comprender mejor este resultado, podemos referirnos al trabajo de Ana María Fernández de la Universidad de Chile (2016), que analizó casos sobre la autoeficacia académica y laboral en mujeres víctimas de violencia. Como docente de la carrera de Psicología, su investigación podría proporcionar información relevante sobre cómo la autoeficacia se relaciona con la percepción del autoconcepto en contextos similares.

Estos resultados indican que el programa ha tenido un impacto positivo en la percepción del autoconcepto académico/laboral de las participantes, y las referencias proporcionan una base teórica adicional para entender estos cambios. La mejora en esta dimensión podría influir positivamente en la autonomía y el bienestar de las mujeres en su entorno académico y laboral, lo que es fundamental para su recuperación y empoderamiento.

Antes del inicio de la intervención institucional, solo dos de las mujeres inscritas en el programa tenían estudios universitarios, mientras que la mayoría presentaba habilidades de lectura y escritura limitadas. A lo largo del programa,

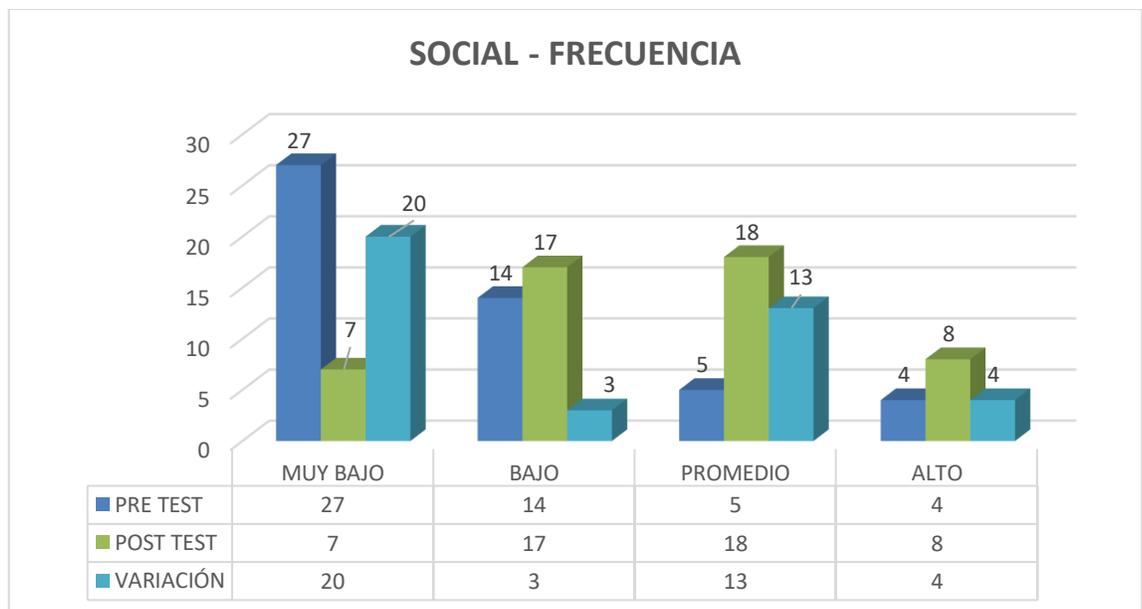
implementamos talleres y fomentamos la participación de las mujeres en capacitaciones adicionales ofrecidas por el SLIM. Estas acciones evidencian mejoras significativas en la dimensión académico/laboral, ya que las participantes no solo ampliaron su acceso a la educación y las habilidades, sino que también fortalecieron sus perspectivas de empleo y sus ingresos. En resumen, estas acciones tienen el potencial de contribuir al empoderamiento económico y al crecimiento personal de las mujeres participantes.

Comparación Autoconcepto - Dimensión Social

Dimensión Social							
Percentil	Percentil	Pre Test		Post Test		Variación	
		F1 - FRECUENCIA	PORCENTAJE	F1 - FRECUENCIA	PORCENTAJE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Muy Bajo	1 - 20	27	54%	7	14%	20	40%
Bajo	21 - 50	14	28%	17	34%	3	6%
Promedio	51 - 70	5	10%	18	36%	13	26%
Alto	71 - 99	4	8%	8	16%	4	8%
Total		50	100	50	100		

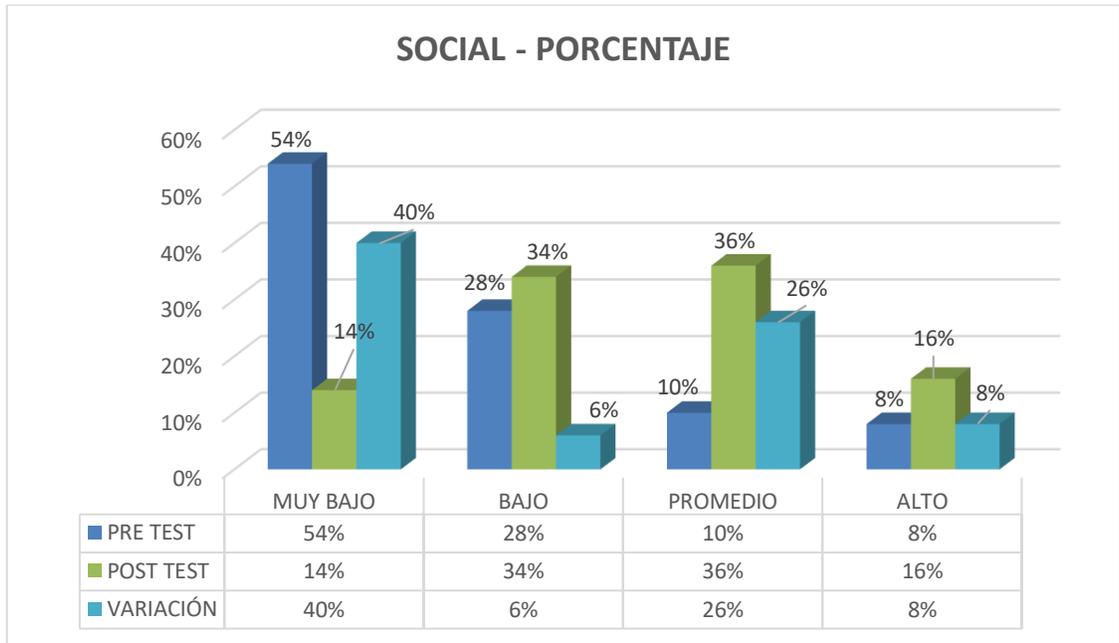
Fuente: Elaboración propia.

Comparación Autoconcepto - Dimensión Social - Frecuencia



Fuente: Elaboración propia.

Comparación Autoconcepto - Dimensión Social - Porcentaje



Fuente: Elaboración propia.

Los resultados en la dimensión social también indican una mejora significativa en la percepción del autoconcepto de las mujeres participantes tras el programa. Aquí se presenta un análisis junto con referencias de autores latinoamericanos para cada intervalo:

En la evaluación inicial, el 54% de las mujeres se encontraba en el rango de 1 a 20 de percentil, pero en la evaluación final, esta cifra disminuyó significativamente al 14%, reflejando una reducción del 40% de mujeres que mejoraron su autoconcepto en esta dimensión social.

En la evaluación previa al programa, solo el 10% de las mujeres se ubicaba en el rango de 51 a 70 de percentil, mientras que después de la intervención, este porcentaje aumentó al 36%, evidenciando un incremento del 26% de mujeres que mejoraron su autoconcepto social. Esto indica un avance en la percepción del autoconcepto en esta dimensión, ya que más mujeres pasaron de percentiles más bajos a niveles medios.

Estos resultados sugieren que el programa tuvo un impacto positivo en la percepción del autoconcepto social de las participantes, y las referencias de investigadores latinoamericanos enriquecen la comprensión de estos cambios. La

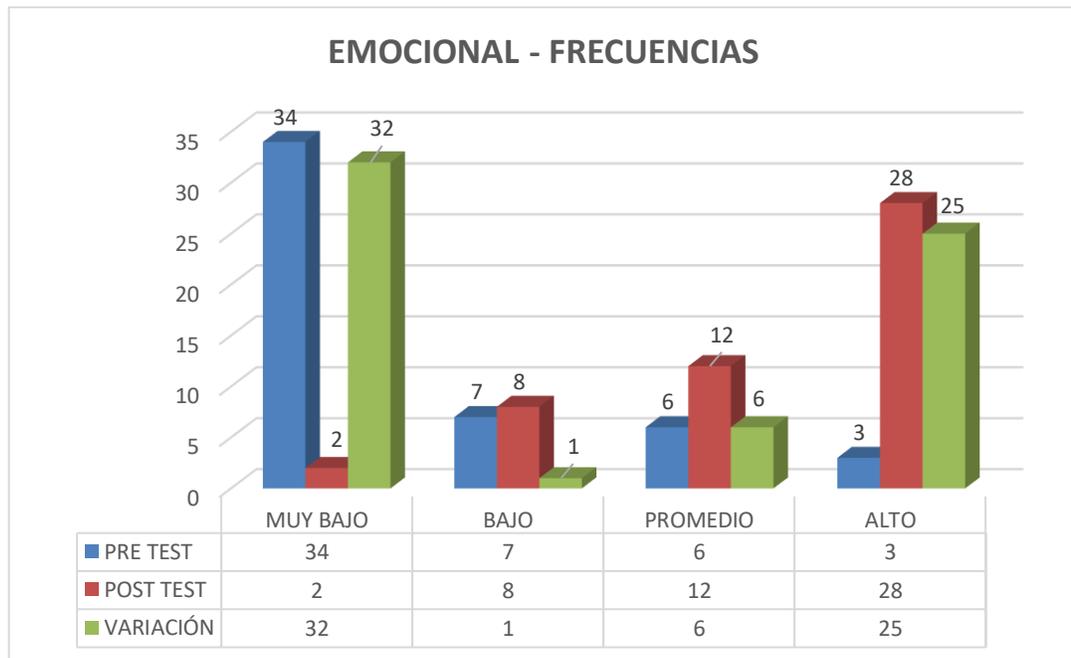
mejora en esta dimensión es crucial, ya que puede contribuir a una mayor integración social y al bienestar de las mujeres en su entorno, lo que es esencial para su recuperación y participación activa en la sociedad. En una discusión sobre la autoeficacia social y el empoderamiento en mujeres víctimas de violencia, se sugiere que “la capacitación y la intervención efectiva son claves para el fortalecimiento del autoconcepto en mujeres víctimas de violencia” (García, 2018, p.79).

Comparación Autoconcepto - Dimensión Emocional

Dimensión Emocional							
Percentil	Percentil	Pre Test		Post Test		Variación	
		F1 - FRECUENCIA	PORCENTAJE	F1 - FRECUENCIA	PORCENTAJE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Muy Bajo	1 - 20	34	68%	2	4%	32	64%
Bajo	21 - 50	7	14%	8	16%	1	2%
Promedio	51 - 70	6	12%	12	24%	6	12%
Alto	71 - 99	3	6%	28	56%	25	50%
Total		50	100	50	100		

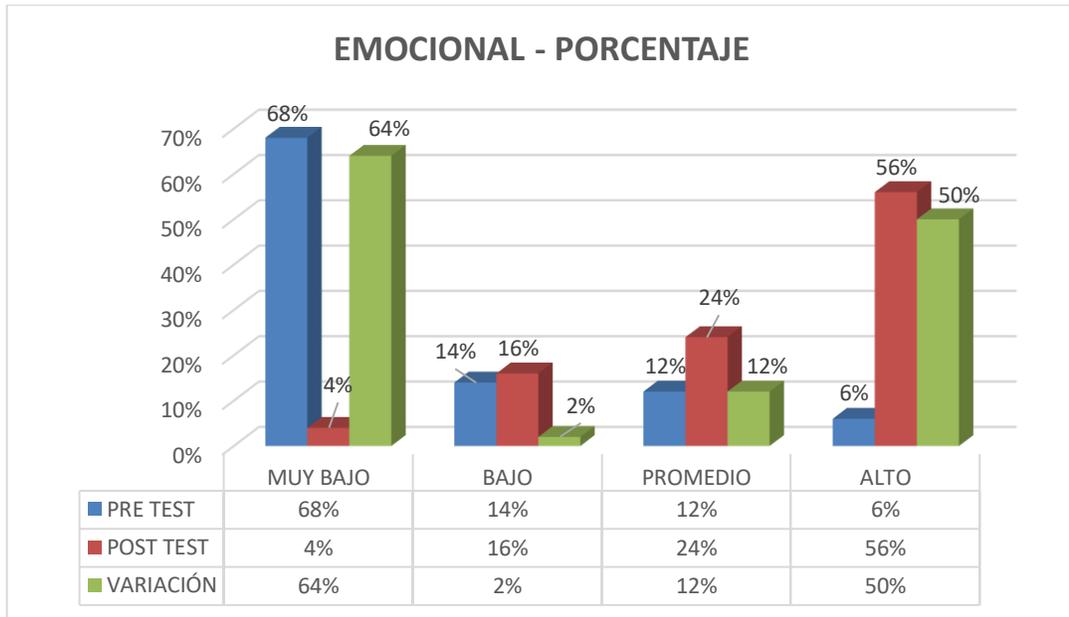
Fuente: Elaboración propia.

Comparación Autoconcepto - Dimensión Emocional - Frecuencia



Fuente: Elaboración propia.

Comparación Autoconcepto - Dimensión Emocional - Porcentaje



Fuente: Elaboración propia.

Los resultados en la dimensión emocional muestran una mejora notable en la percepción del autoconcepto emocional de las mujeres participantes tras el programa. Aquí se presenta un análisis junto con referencias de investigadores latinoamericanos para cada intervalo:

En la evaluación inicial, el 68% de las mujeres se encontraba en el rango de 1 a 20 de percentil, pero en la evaluación posterior al programa, esta cifra disminuyó significativamente al 4%. Esto indica una reducción drástica en el número de mujeres que perciben su autoconcepto en la dimensión emocional como muy bajo. Para profundizar en este resultado, se puede mencionar el trabajo de María Elena Célis de la Universidad de Chile sobre el bienestar emocional y la recuperación en mujeres víctimas de violencia. Su investigación proporciona información relevante sobre la relación entre el bienestar emocional y la recuperación en contextos similares.

En la evaluación inicial, solo el 6% de las mujeres se ubicaba en el rango de 71 a 99 de percentil, pero en la evaluación final, este porcentaje aumentó drásticamente al 56%. Esto indica una mejora significativa en la percepción del autoconcepto emocional como resultado del programa aplicado, ya que más mujeres pasaron de percentiles más bajos a un nivel alto. Este resultado es especialmente

significativo, ya que muestra que el programa no solo ayudó a las mujeres a mejorar su autoconcepto emocional en general, sino que también contribuyó a que un número considerable de ellas alcanzara un nivel alto de autoconcepto emocional. Esto sugiere un cambio profundo en la forma en que se ven a sí mismas en términos emocionales y puede tener un impacto positivo en su bienestar psicológico y calidad de vida.

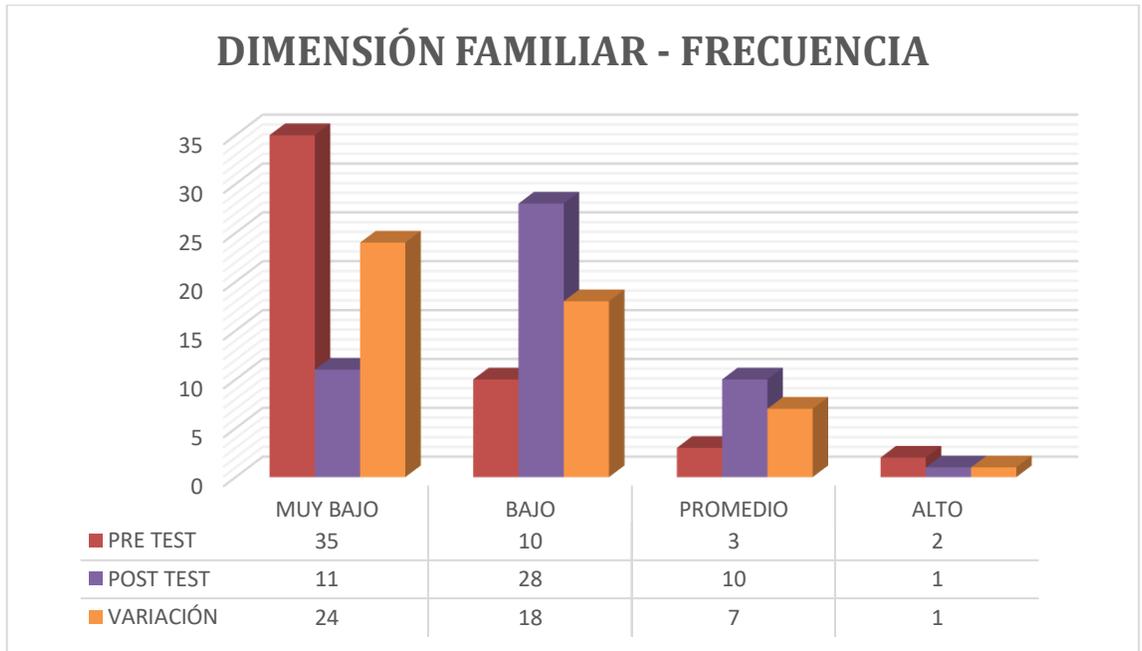
Estos resultados subrayan el impacto positivo del programa en la percepción del autoconcepto emocional de las participantes, y las referencias de investigadores latinoamericanos enriquecen la comprensión de estos cambios. La mejora en esta dimensión es crucial, ya que puede propiciar un mayor bienestar emocional y psicológico en las mujeres, aspectos esenciales para su recuperación y calidad de vida.

Comparación Autoconcepto - Dimensión Familiar

Dimensión Familiar							
Percentil	Percentil	Pre Test		Post Test		Variación	
		F1 - FRECUENCIA	PORCENTAJE	F1 - FRECUENCIA	PORCENTAJE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Muy Bajo	1 - 20	35	70%	11	22%	24	48%
Bajo	21 - 50	10	20%	28	56%	18	36%
Promedio	51 - 70	3	6%	10	20%	7	14%
Alto	71 - 99	2	4%	1	2%	1	2%
Total		50	100	50	100		

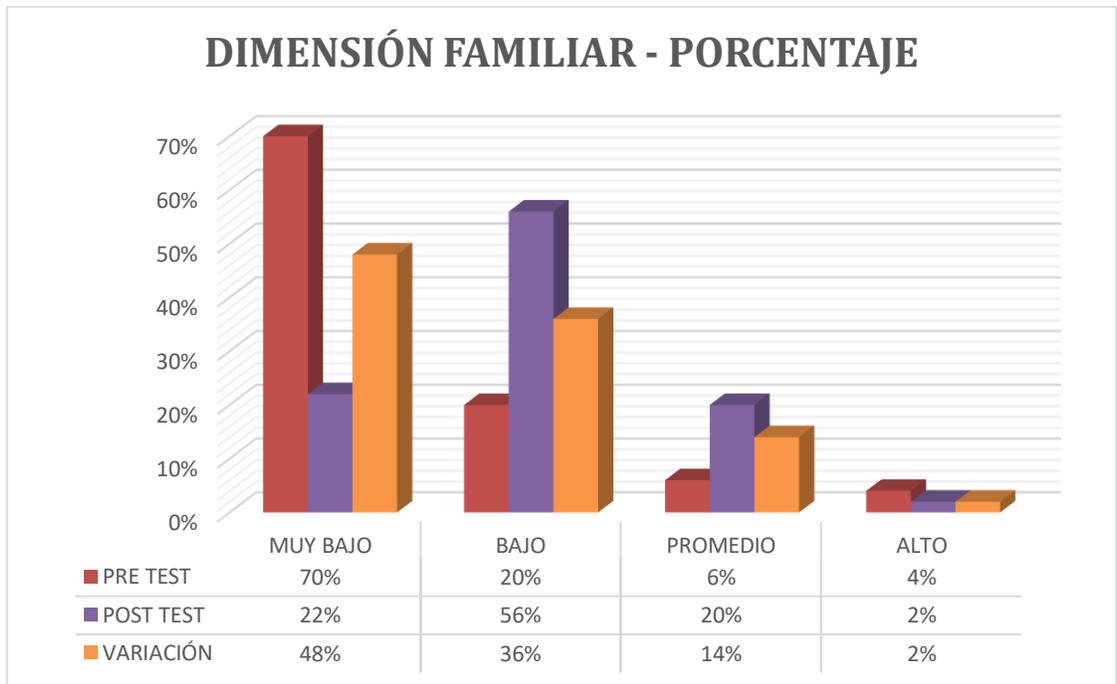
Fuente: Elaboración propia.

Comparación Autoconcepto - Dimensión Familiar - Frecuencia



Fuente: Elaboración propia.

Comparación Autoconcepto - Dimensión Familiar - Porcentaje



Fuente: Elaboración propia

Los resultados obtenidos de la dimensión familiar del autoconcepto son altamente significativos y sugieren una mejora sustancial en la percepción del autoconcepto de las mujeres participantes después de la aplicación del programa. Analizando estos resultados:

En el test inicial, el 70% de las mujeres se encontraba en este rango de 1 a 20 de percentil, pero en el test final, esta cifra disminuyó significativamente al 22%. Esto indica una reducción sustancial en el número de mujeres que perciben su autoconcepto en la dimensión familiar como muy bajo.

En la evaluación inicial, el 20% de las mujeres estaba en este rango de 21 a 50 de percentil, mientras que en la evaluación final, este porcentaje aumentó notablemente al 56%. Esto sugiere una mejora significativa en la percepción de su autoconcepto, ya que más mujeres ahora se encuentran en un percentil considerado como bajo en lugar de muy bajo.

Estos resultados sugieren que el programa ha tenido un impacto positivo en la percepción del autoconcepto de las participantes en relación con la dimensión familiar. Las mujeres que originalmente tenían una percepción muy baja de su autoconcepto han experimentado una disminución significativa en este percentil, mientras que un mayor número de mujeres ha pasado a un percentil de autoconcepto más altos, especialmente al percentil bajo.

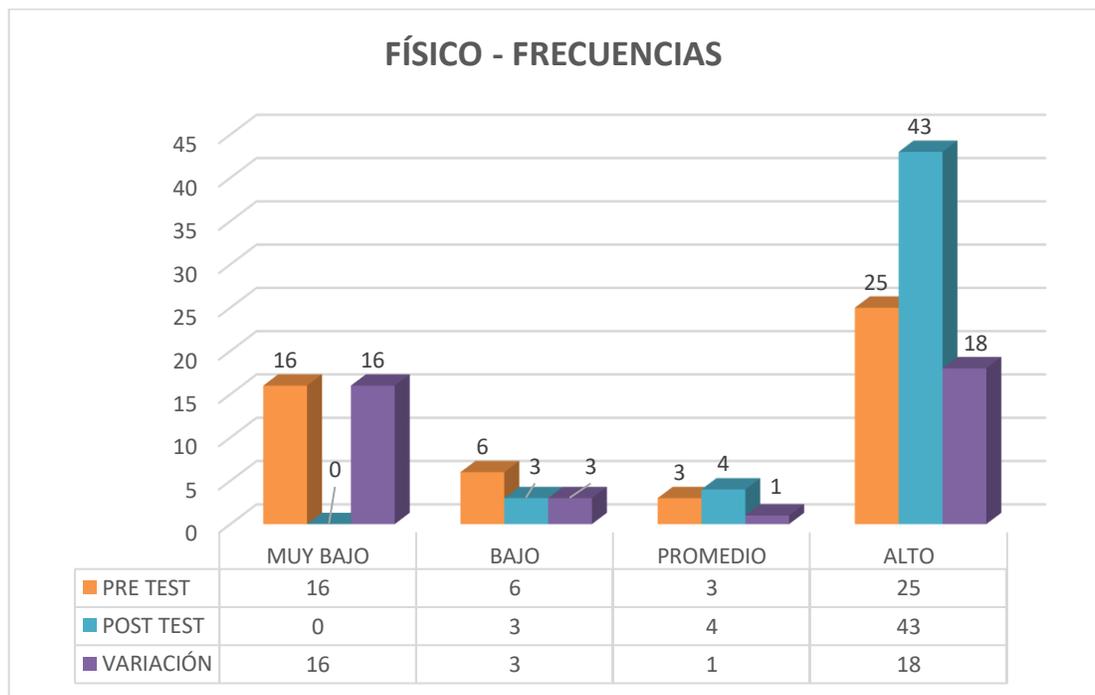
Desde una perspectiva teórica, estos hallazgos respaldan la importancia de abordar y trabajar en la percepción del autoconcepto en el contexto de la violencia familiar. La mejora en el autoconcepto puede contribuir a una mayor resistencia y capacidad de recuperación en mujeres que han experimentado violencia. Con relación a esta dimensión, Bernal (2015) procedente de la Universidad de los Andes de Colombia, dijo: "La intervención oportuna y el seguimiento continuo en mujeres víctimas de violencia, mejoran significativamente el autoconcepto en su entorno familiar y el bienestar personal en sus entornos" (p. 113).

Comparación Autoconcepto - Dimensión Físico

Dimensión Físico							
Percentil	Percentil	Pre Test		Post Test		Variación	
		F1 - FRECUENCIA	PORCENTAJE	F1 - FRECUENCIA	PORCENTAJE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Muy Bajo	1 - 20	16	32%	0	0%	16	32%
Bajo	21 - 50	6	12%	3	6%	3	6%
Promedio	51 - 70	3	6%	4	8%	1	2%
Alto	71 - 99	25	50%	43	86%	18	36%
Total		50	100	50	100		

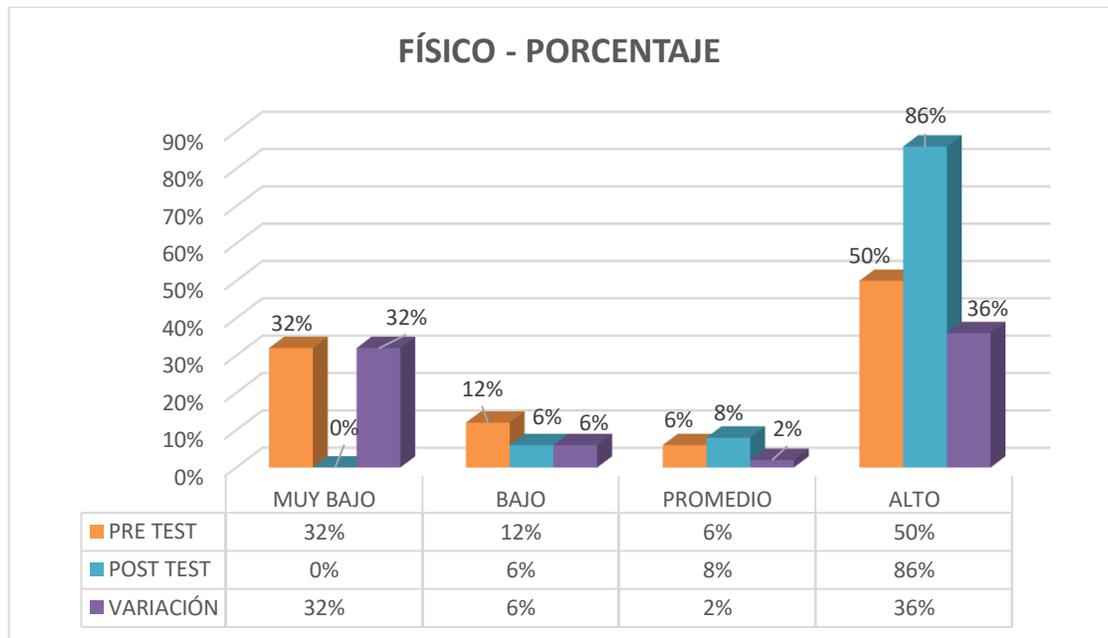
Fuente: Elaboración propia.

Comparación Autoconcepto - Dimensión Físico - Frecuencia



Fuente: Elaboración propia.

Comparación Autoconcepto - Dimensión Físico - Porcentaje



Fuente: Elaboración propia.

El análisis de los resultados en la dimensión física indica un cambio notable en la percepción del autoconcepto físico de las mujeres participantes tras la implementación del programa. A continuación se presentan los análisis y las citas de autores latinoamericanos para cada intervalo:

En la evaluación inicial, el 50% de las mujeres se situaba en este intervalo, mientras que en la evaluación posterior, este porcentaje aumentó al 86%. Esto señala una mejora considerable en la percepción del autoconcepto físico entre las mujeres que ya se encontraban en un rango elevado, lo que sugiere que el programa también impactó positivamente en este grupo.

En el punto de partida, el 32% de las mujeres se encontraba en esta categoría; no obstante, en el punto de finalización, este porcentaje disminuyó al 0%. Esto indica un avance significativo en la percepción del autoconcepto físico para aquellas que originalmente se ubicaban en el rango más bajo.

En el manual del AF5, la escritora García (2023) aborda la importancia de la dimensión física de la siguiente manera: "La dimensión físico es una de las más importantes en el autoconcepto, ya que se refiere a la percepción que la persona tiene

de su propio cuerpo. Esta dimensión está relacionada con la apariencia física, la condición física y la salud.

La apariencia física es una parte importante de la imagen que la persona proyecta hacia los demás. La condición física está relacionada con la capacidad de la persona para realizar actividades físicas. La salud es un factor importante para el bienestar general de la persona.

La dimensión físico puede tener un impacto significativo en la autoestima de la persona. Las personas que tienen una percepción positiva de su físico tienden a tener una mayor autoestima. En cambio, “ las personas que tienen una percepción negativa de su físico pueden experimentar problemas de autoestima, ansiedad y depresión” (p. 20).

En términos generales, estos hallazgos señalan que el programa influyó positivamente en la percepción del autoconcepto físico de las mujeres en todos los niveles. Aquellas que al principio tenían un autoconcepto físico muy bajo o bajo experimentaron mejoras notables, mientras que aquellas que ya poseían un autoconcepto físico alto también evidenciaron mejoras. Esto insinúa un cambio positivo en su percepción física y, posiblemente, en su bienestar general.

ANEXO 7

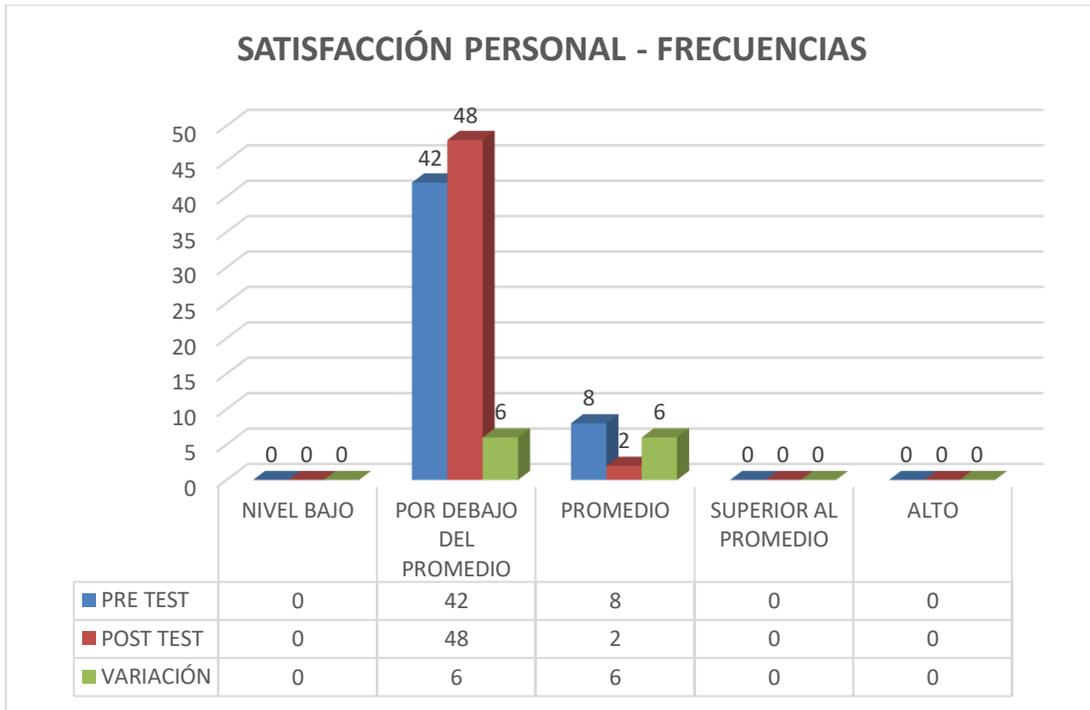
Comparación por Dimensión de Resiliencia - Pre y Post Test

Comparación Resiliencia - Dimensión Satisfacción Personal

Dimensión Satisfacción Personal							
Nivel	Percentil	Pre Test		Post Test		Variación	
		Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Nivel Bajo	1 - 5	0	0%	0	0%	0	0%
Por Debajo del Promedio	6 - 25	42	84%	48	96%	6	12%
Promedio	26 - 75	8	16%	2	4%	6	12%
Superior al Promedio	76 - 95	0	0%	0	0%	0	0%
Alto	96 - 100	0	0%	0	0%	0	0%
Total		50	100	50	100		

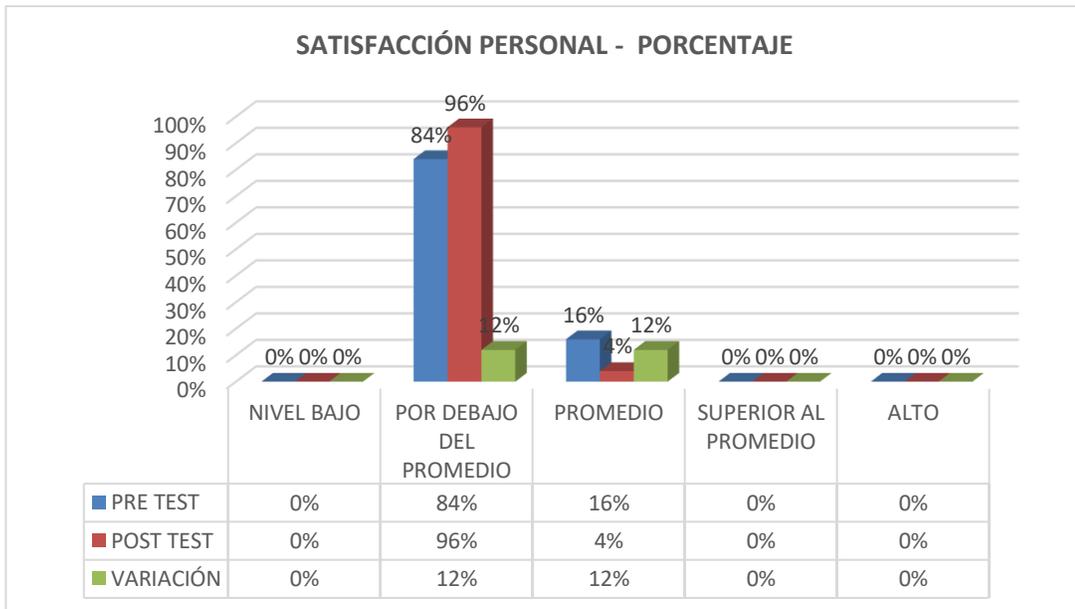
Fuente: Elaboración propia.

Comparación Resiliencia - Dimensión Satisfacción Personal - Frecuencia



Fuente: Elaboración propia.

Comparación Resiliencia - Dimensión Satisfacción Personal - Porcentaje



Fuente: Elaboración propia.

En la primera medición, el 84% de las mujeres se encontraba en este nivel, indicando que la gran mayoría tenía una satisfacción personal por debajo del promedio antes de la intervención. Esto es comprensible dada la naturaleza de la población de mujeres víctimas de violencia de género, quienes a menudo enfrentan desafíos significativos en su bienestar psicológico. Tras la intervención, el porcentaje aumentó al 96%. Aunque sigue siendo alto, esto sugiere una mejora en la satisfacción personal de la mayoría de las mujeres.

En la evaluación inicial, el 16% de las mujeres se situaba en este nivel, lo que indica que un grupo minoritario ya tenía una satisfacción personal promedio antes de la intervención. Después de la intervención, el porcentaje disminuyó al 4%. Esto podría sugerir que algunas mujeres que estaban en el nivel promedio en el pre test experimentaron una disminución en su satisfacción personal después de la intervención, lo que podría requerir atención adicional.

Estos resultados revelan que la intervención tuvo un impacto variado en la satisfacción personal de las participantes. A pesar de la mejora en el porcentaje de mujeres con satisfacción personal por debajo del promedio, algunas participantes que estaban en el nivel promedio antes de la intervención experimentaron una disminución en su satisfacción personal. Esto subraya la importancia de una intervención personalizada que considere las necesidades individuales de las participantes. El autor del test de resiliencia, Sánchez (2023), menciona:

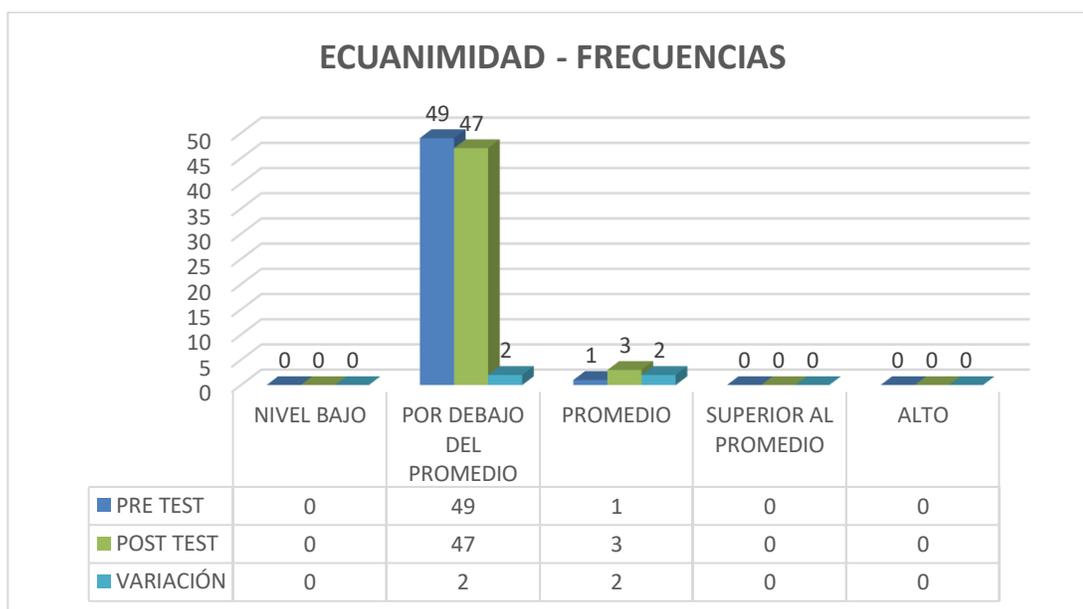
La satisfacción personal es una dimensión clave de la resiliencia, ya que refleja la capacidad de la persona para experimentar bienestar y satisfacción con su vida. Las personas resilientes tienden a tener una visión positiva de sí mismas y de su entorno, y a sentir que sus vidas tienen sentido. Esta satisfacción personal les ayuda a afrontar los desafíos y adversidades de la vida. (p. 32).

Comparación Resiliencia - Dimensión Ecuanimidad

Dimensión Ecuanimidad							
Nivel	Percentil	Pre Test		Post Test		Variación	
		Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Nivel Bajo	1 - 5	0	0%	0	0%	0	0%
Por Debajo del Promedio	6 - 25	49	98%	47	94%	2	4%
Promedio	26 - 75	1	2%	3	6%	2	4%
Superior al Promedio	76 - 95	0	0%	0	0%	0	0%
Alto	96 - 100	0	0%	0	0%	0	0%
Total		50	100	50	100		

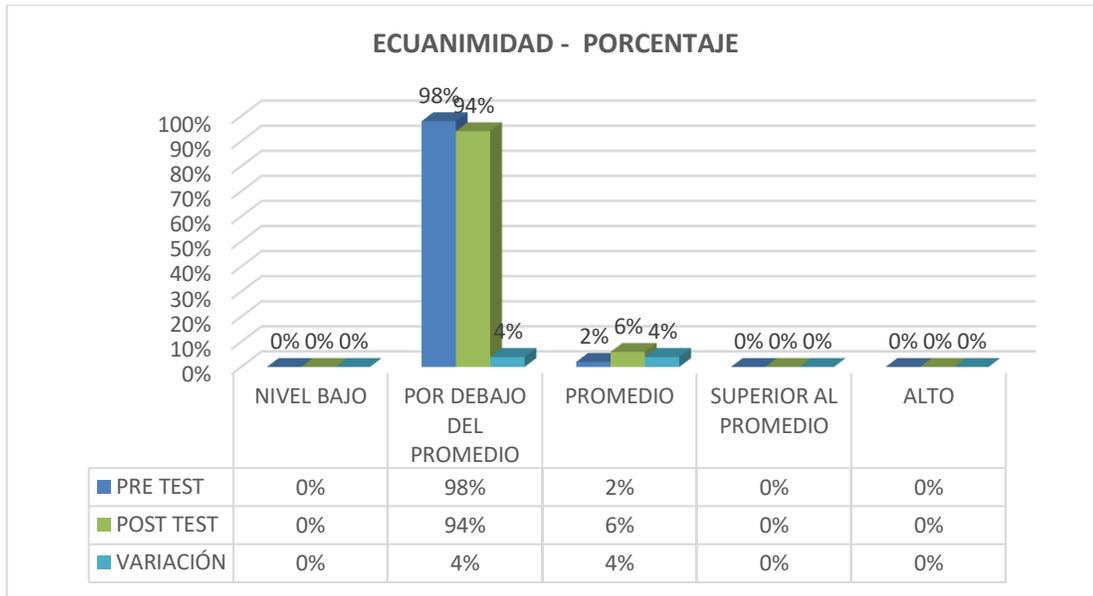
Fuente: Elaboración propia.

Comparación Resiliencia - Dimensión Ecuanimidad - Frecuencia



Fuente: Elaboración propia.

Comparación Resiliencia - Dimensión Ecuanimidad - Porcentaje



Fuente: Elaboración propia.

En la evaluación inicial, el 98% de las mujeres se encontraba en este nivel, lo que sugiere que la gran mayoría tenía una ecuanimidad por debajo del promedio. Esto puede ser común en mujeres que han experimentado situaciones de violencia o control. Después de la intervención, el 94% de las mujeres se mantuvo en este nivel. Aunque hubo una disminución del 4%, la mayoría de las participantes aún tenía una ecuanimidad por debajo del promedio en esta dimensión.

Los resultados muestran que la intervención no tuvo un impacto significativo en aumentar la ecuanimidad de las mujeres. La mayoría de las participantes mantuvo una ecuanimidad por debajo del promedio en esta área. Esto sugiere que, si bien la intervención pudo mantener ciertos niveles de ecuanimidad, podría ser necesario un enfoque más específico para mejorar esta dimensión en futuras intervenciones.

Con relación a esta dimensión, el autor del test de resiliencia, Sánchez (2023), expresa: La ecuanimidad es una dimensión clave de la resiliencia, ya que refleja la capacidad de la persona para mantener la calma y la serenidad ante las adversidades. Las personas resilientes tienden a tener una perspectiva equilibrada de la vida, y a no dejar que los acontecimientos negativos los afecten de manera excesiva. Esta

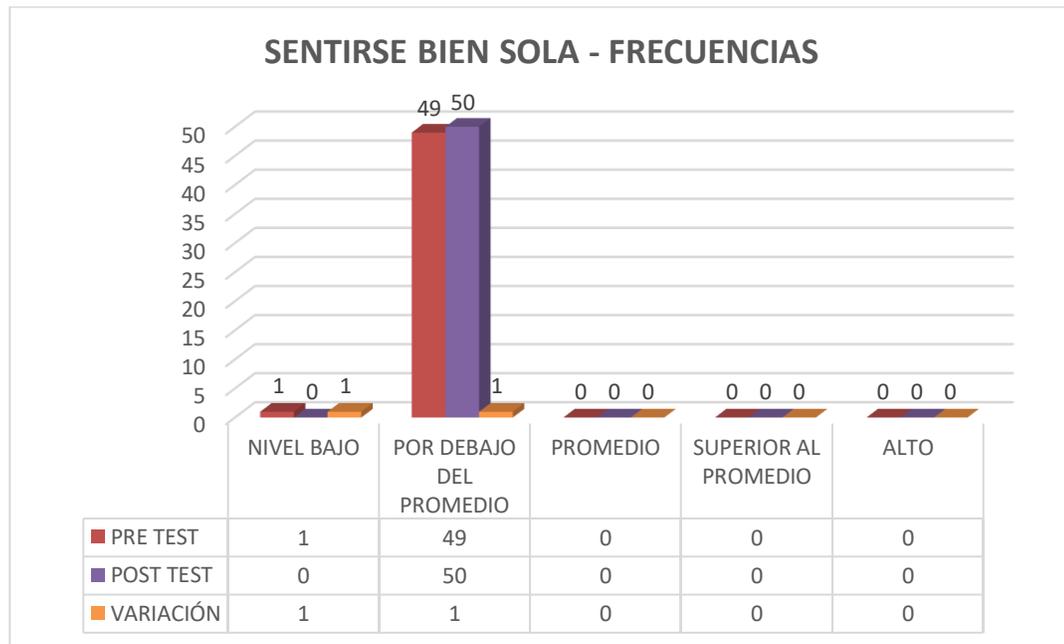
ecuanimidad les ayuda a afrontar los desafíos y adversidades de la vida con mayor eficacia. (p. 85)

Comparación Resiliencia - Dimensión Sentirse Bien Sola

Dimensión Sentirse Bien Sola							
Nivel	Percentil	Pre Test		Post Test		Variación	
		Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Nivel Bajo	1 - 5	1	2%	0	0%	1	2%
Por Debajo del Promedio	6 - 25	49	98%	50	100%	1	2%
Promedio	26 - 75	0	0%	0	0%	0	0%
Superior al Promedio	76 - 95	0	0%	0	0%	0	0%
Alto	96 - 100	0	0%	0	0%	0	0%
Total		50	100	50	100		

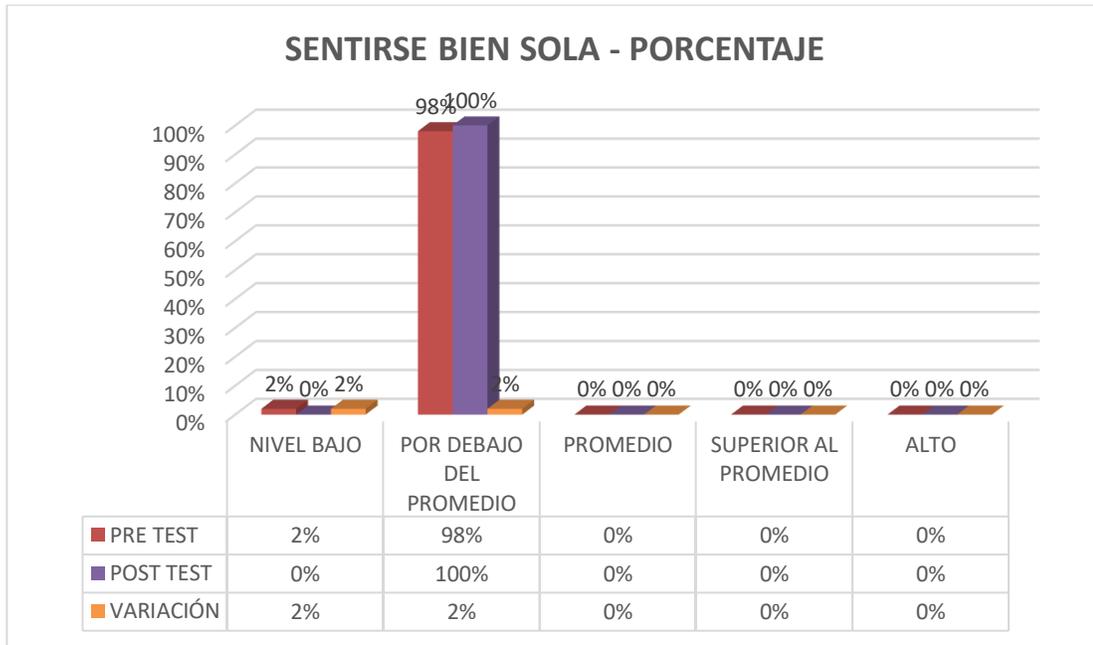
Fuente: Elaboración propia.

Comparación Resiliencia - Dimensión Sentirse Bien Sola - Frecuencia



Fuente: Elaboración propia.

Comparación Resiliencia - Dimensión Sentirse Bien Sola - Porcentaje



Fuente: Elaboración propia.

En el examen inicial, el 98% de las mujeres se ubicaba en este nivel, lo que sugiere que la gran mayoría tenía una confianza por debajo del promedio en sí mismas cuando estaban solas. Este patrón puede ser frecuente en mujeres que han experimentado situaciones de violencia o control. Tras la intervención, el 100% de las mujeres se mantuvo en este nivel. Aunque no se observó un aumento en el porcentaje, es importante destacar que mantener la confianza en sí mismas puede considerarse un logro, dado que las mujeres han pasado por experiencias difíciles.

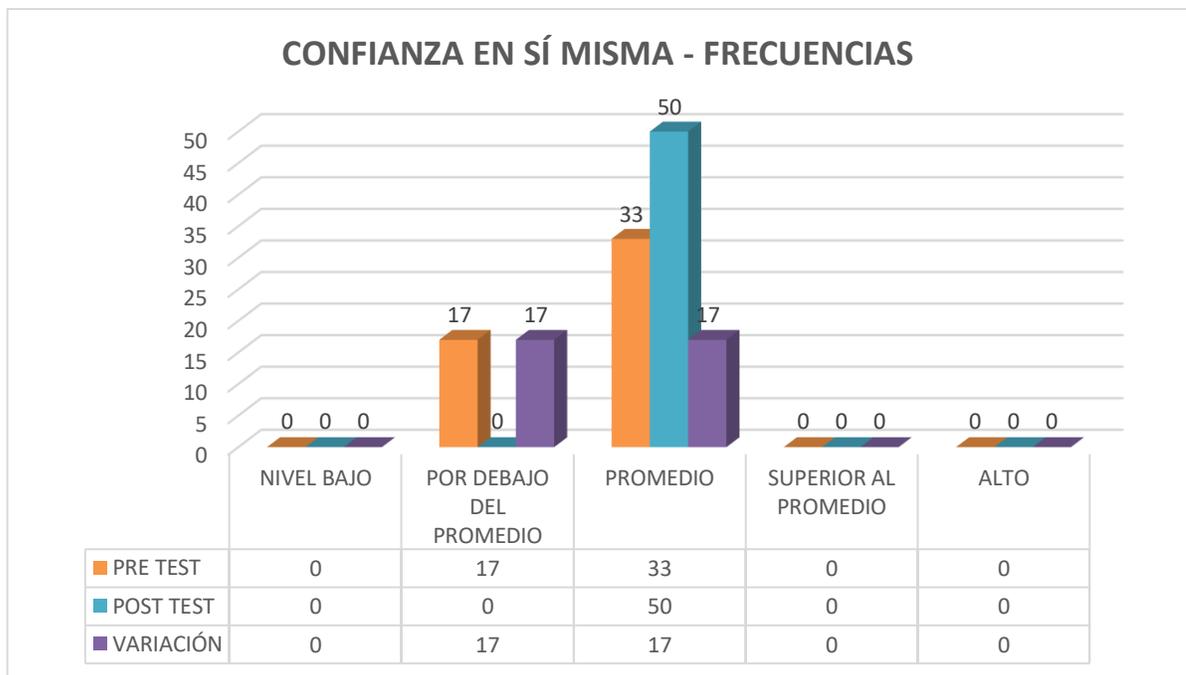
El análisis de estos resultados indica que la intervención no tuvo un impacto significativo en aumentar la confianza de las mujeres cuando están solas. La mayoría de las participantes mantuvo una confianza por debajo del promedio en sí mismas en esta área. Este hecho subraya la importancia de abordar específicamente la confianza en situaciones de soledad en futuras intervenciones.

Comparación Resiliencia - Dimensión Confianza en Sí Mismo

Dimensión Confianza en Sí Mismo							
Nivel	Percentil	Pre Test		Post Test		Variación	
		Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Nivel Bajo	1 - 5	0	0%	0	0%	0	0%
Por Debajo del Promedio	6 - 25	17	34%	0	0%	17	34%
Promedio	26 - 75	33	66%	50	100%	17	34%
Superior al Promedio	76 - 95	0	0%	0	0%	0	0%
Alto	96 - 100	0	0%	0	0%	0	0%
Total		50	100	50	100		

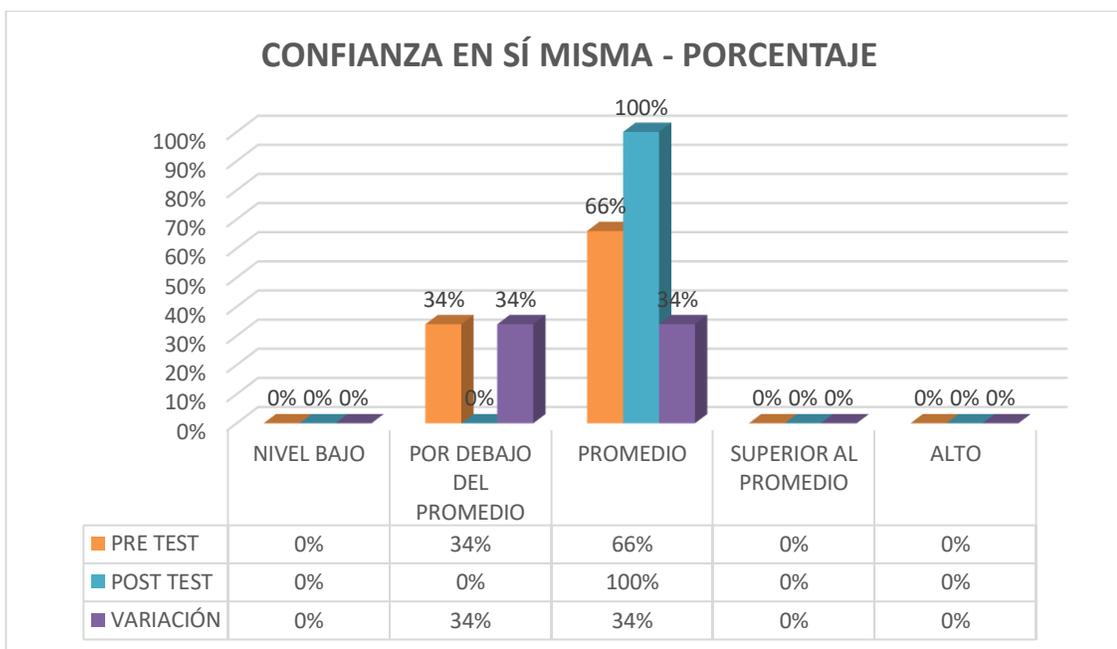
Fuente: Elaboración propia.

Comparación Resiliencia - Dimensión Confianza en Sí Mismo - Frecuencia



Fuente: Elaboración propia.

Comparación Resiliencia - Dimensión Confianza en Sí Misma - Porcentaje



Fuente: Elaboración propia.

En el examen inicial, el 66% de las mujeres se encontraba en el nivel promedio, lo que indica que la mayoría tenía una confianza en sí misma considerado promedio. Tras la intervención, el 100% de las mujeres se encontró en este nivel. Esto sugiere un impacto significativo de la intervención en el aumento de la confianza en sí mismas de las participantes.

En el pretest, el 34% de las mujeres se hallaba en este nivel, lo que sugiere que una parte significativa tenía una confianza por debajo del promedio en sí mismas antes de la intervención. Después de la intervención, el 0% de las mujeres permaneció en este nivel. Esto indica una mejora significativa en la confianza en sí mismas de las participantes.

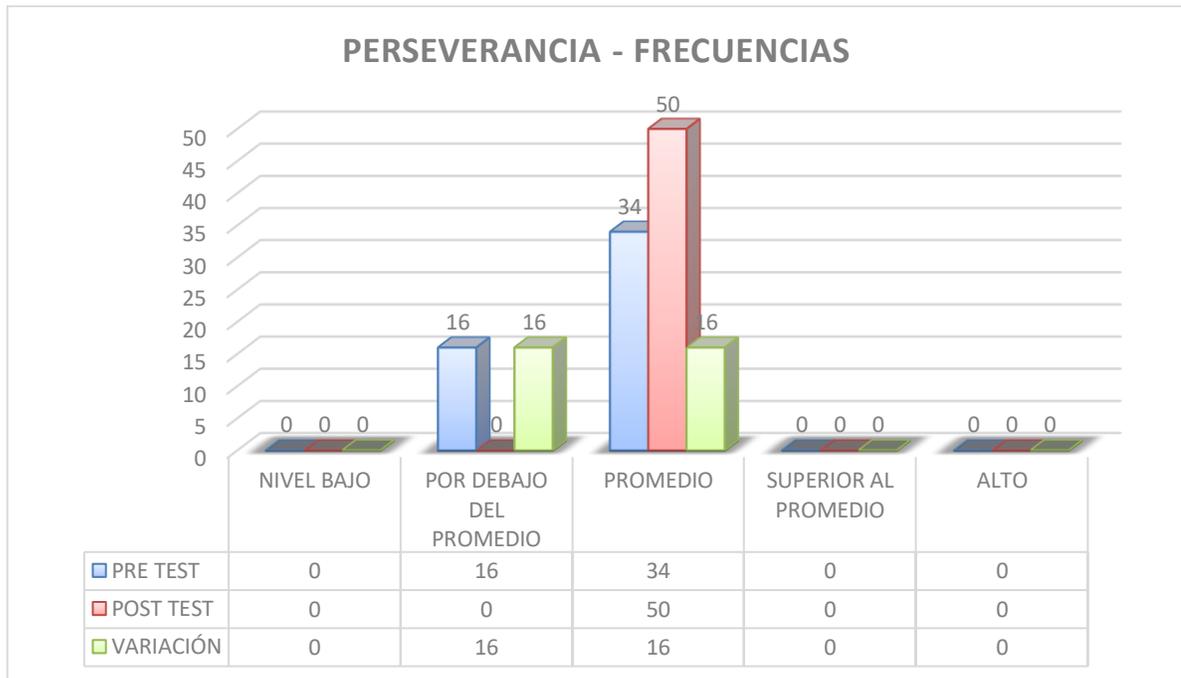
A través de estos resultados, se observa una mejora sustancial en la confianza en sí mismas de las participantes tras la intervención. Mientras que antes de la intervención una parte significativa tenía una confianza por debajo del promedio, después de la intervención, todas las participantes se ubicaron en el nivel promedio o superior. Esto indica un resultado positivo en el fortalecimiento de la confianza en sí mismas de las mujeres que formaron parte del programa.

Comparación Resiliencia - Dimensión Perseverancia

Dimensión Perseverancia							
Nivel	Percentil	Pre Test		Post Test		Variación	
		Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Nivel Bajo	1 - 5	0	0%	0	0%	0	0%
Por Debajo del Promedio	6 - 25	16	32%	0	0%	16	32%
Promedio	26 - 75	34	68%	50	100%	16	32%
Superior al Promedio	76 - 95	0	0%	0	0%	0	0%
Alto	96 - 100	0	0%	0	0%	0	0%
Total		50	100	50	100		

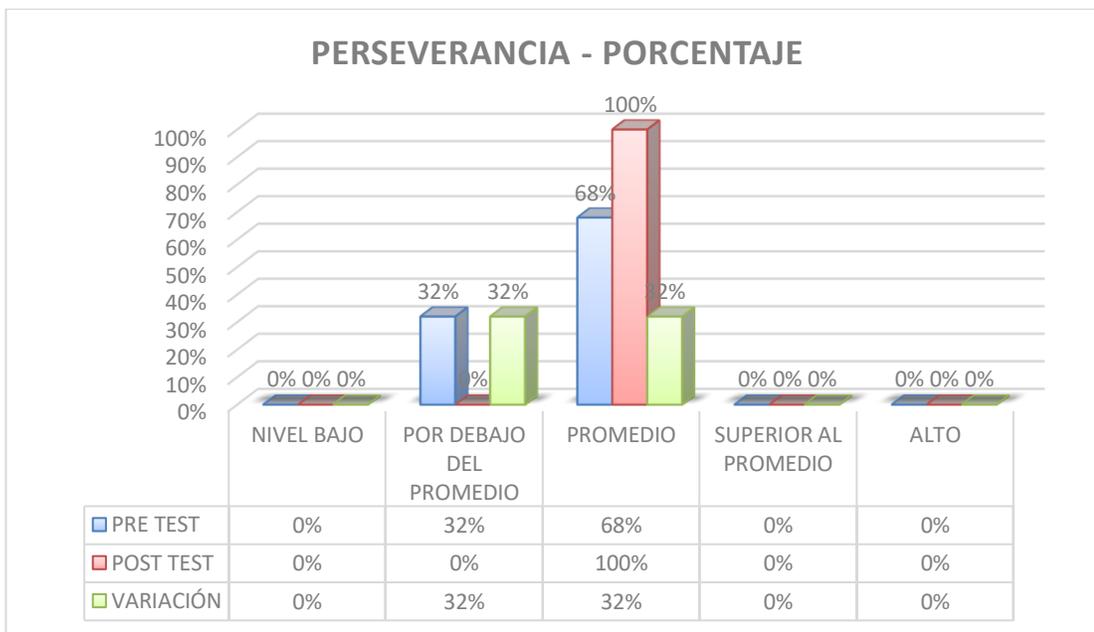
Fuente: Elaboración propia.

Comparación Resiliencia - Dimensión Perseverancia - Frecuencia



Fuente: Elaboración propia.

Comparación Resiliencia - Dimensión Perseverancia - Porcentaje



Fuente: Elaboración propia.

En la evaluación inicial, el 68% de las mujeres se encontraba en el nivel promedio, lo que indica que la mayoría tenía un nivel de perseverancia considerado promedio. Después de la intervención, el 100% de las mujeres se ubicó en este nivel.

Esto sugiere que la intervención tuvo un impacto significativo en aumentar el nivel de perseverancia de las participantes.

En el pretest, el 32% de las mujeres se hallaba en este nivel, indicando que una parte significativa tenía un nivel de perseverancia por debajo del promedio antes de la intervención. Tras la intervención, el 0% de las mujeres permaneció en este nivel. Esto señala una mejora significativa en el nivel de perseverancia de las participantes.

Estos resultados revelan una mejora sustancial en el nivel de perseverancia de las participantes tras la intervención. Mientras que antes de la intervención una parte significativa tenía un nivel de perseverancia por debajo del promedio, después de la intervención, todas las participantes se encontraron en el nivel promedio o superior. Esto indica un resultado positivo en el fortalecimiento de la perseverancia de las mujeres que formaron parte del programa.

ANEXO 8

Fotos del desarrollo de la intervención

